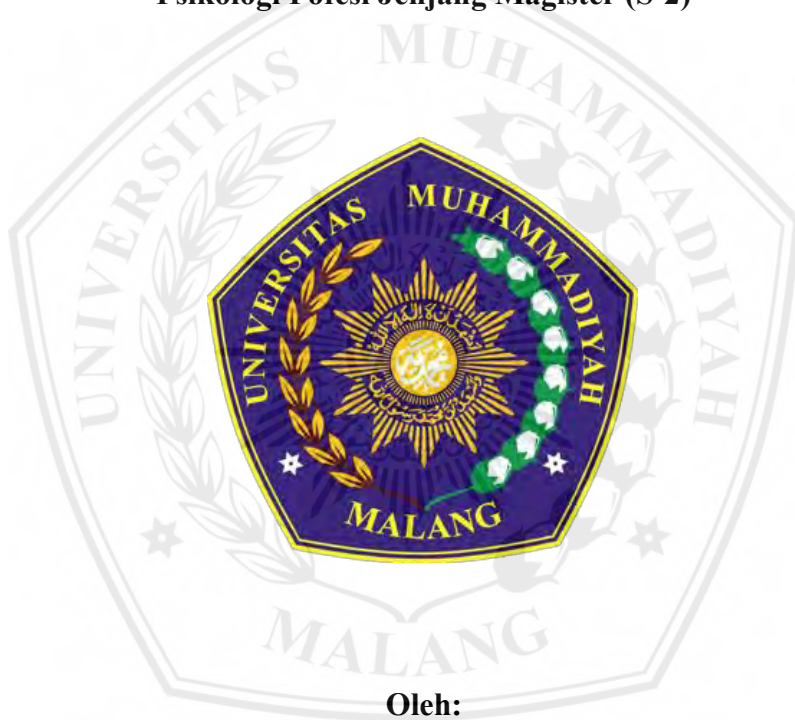


**HUBUNGAN KEMAMPUAN MENGATASI KRISIS PARUH
BAYA DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN
KEBERMAKNANAAN HIDUP PADA DEWASA MADYA YANG
BEKERJA**

TESIS

**Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan
Memperoleh Derajat Gelar S-2
Psikologi Pofesi Jenjang Magister (S-2)**



Oleh:

**Indah Purnamasari
(201310500211006)**

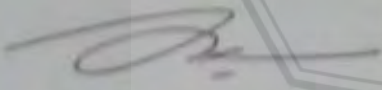
**Program Pasca Sarjana
Universitas Muhammadiyah Malang
2018**

**HUBUNGAN KEMAMPUAN MENGATASI KRISIS
PARUH BAYA DAN DUKUNGAN SOSIAL
DENGAN KEBERMAKNAAN HIDUP PADA
DEWASA MADYA YANG BEKERJA**

INDAH PURNAMASARI
201310500211006

Telah disetujui
Pada hari/tanggal, 30 Juli 2018

Pembimbing Utama


Dr. Diah Karmiyati, M.Si

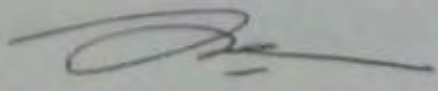
Pembimbing Pendamping


Dr. Iswinarti, M.Si

Direktur
Pascasarjana

Dr. Alhasanul In'am, Ph. D

Ketua Program Studi
Magister Psikologi


Dr. Diah Karmiyati, M. Si

T E S I S

INDAH PURNAMASARI

201510440211024

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada hari/tanggal, Senin / **30 Juli 2018**
dan dinyatakan memenuhi syarat sebagai kelengkapan
memperoleh gelar Magister di Program Pascasarjana
Universitas Muhammadiyah Malang

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua / Penguji : Dr. Diah Karmiyati, M. Si

Sekretaris / Penguji : Dr. Iswinarti, M.Si

Penguji : Dr. Tulus Winarsunu, M.Si

Penguji : M. Salis Yuniardi, M.Psi, Ph.D

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama : Indah Purnamasari

Nim : 201310500211006

Program Studi : Psikologi Profesi Jenjang Magister (S-2)

Dengan ini menyatakan dengan sebenar benarnya bahwa:

1. Tesis dengan judul : **HUBUNGAN KEMAMPUAN MENGATASI KRISIS PARUH BAYA DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN KEBERMAKNAAN HIDUP PADA DEWASA MADYA YANG BEKERJA** Adalah karya saya dan dalam tesis ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik disuatu Perguruan Tinggi dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan yang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dalam daftar pustaka.
2. Apabila ternyata dalam naskah tesis ini dapat dibuktikan terdapat unsur insur **PLAGIASI**, saya bersedia tesis ini **DIGUGURKAN** dan **GELAR AKADEMIK YANG TELAH SAYA PEROLEH DIBATALKAN**, serta diproses sesuai dengan ketentuan hukum yang berlaku.
3. Tesis ini dapat dijadikan sumber pustaka yang merupakan **HAK BEBAS ROYALTY NON EKSLUSIVE**.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 24 Juli 2018

Yang Menyatakan,



Indah Purnamasari

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan thesis yang berjudul **“Hubungan Kemampuan Mengatasi Krisis Paruh Baya Dan Dukungan Sosial Dengan Kebermaknaan Hidup Pada Dewasa Madya Yang Bekerja”**. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan thesis ini banyak mendapat bimbingan dan motivasi dari berbagai pihak, oleh karena itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

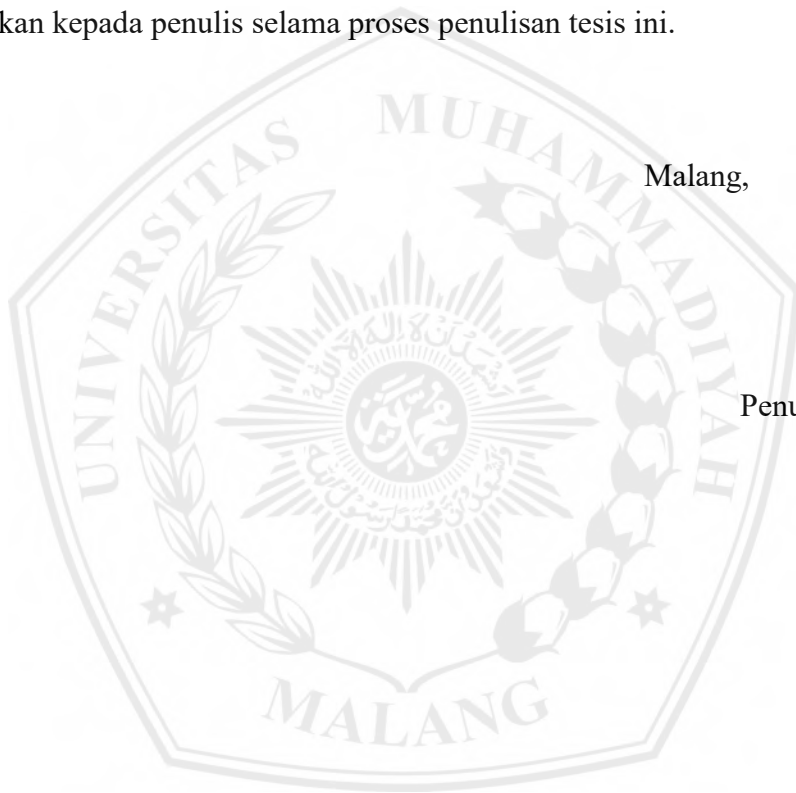
1. Bapak Drs. Fauzan, M.Pd selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Malang yang memimpin seluruh civitas akademik Universitas Muhammadiyah Malang.
2. Bapak Akhsanul In'am, Ph.D selaku Direktur Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Malang.
3. Ibu Dr. Diah Karmiyati, M.si, Psikolog, selaku ketua program studi psikologi dan selaku pembimbing utama beserta staff atas semua bantuan dan kemudahan yang diberikan kepada penulis. Terimakasih atas masukan dan nasihatnya.
4. Ibu Dr. Iswinarti, M.si, Psikolog selaku dosen pembimbing pendamping atas waktu dan kesempatan serta saran yang telah diberikan kepada penulis.
5. Seluruh staff pengajar Magister Profesi Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
6. Site Operation Manager PT. Tanito Harum (Site Loa Tebu) Tenggarong.
7. Para subjek yang berpartisipasi selaku karyawan PT. Tanito Harum (Site Loa Tebu).
8. Orang tua H. Saleh dan Hj. Salasiah S.Pd yang memberikan dukungan secara moril maupun materil.
9. Kedua adik-adik ku tercinta Indri Mustikasari S.P, Ita Prawitasari, dan Andrie Ahlul Azmi.
10. Mesa Dwitia Nugroho yang senantiasa mendorong penulis untuk segera menyelesaikan thesis ini.

11. Teman-teman Magister Profesi Psikologi angkatan 2013 Universitas Muhammadiyah Malang.
12. Nurhasanah, S.Psi dan RR. Nia Paramita Yusuf, M.Si, M.Psi, Psikolog selaku teman berbagi, memberi masukan dan teman seperjuangan dalam menyelesaikan thesis. Terimakasih atas motivasinya.
13. Sahabat-sahabat tercinta, Yesi Tarani Oktavia, M.Psi Psikolog dan Dessy Hendrifika, M.Psi Psikolog atas motivasi dan kebersamaannya selama ini.

Semoga Allah membalas dengan kebaikan atas segala bantuan yang telah diberikan kepada penulis selama proses penulisan tesis ini.

Malang, Juli 2018

Penulis



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK	ix
<i>ABSTRACT</i>	x
LATAR BELAKANG	1
TINJAUAN PUSTAKA	
Kebermaknaan Hidup Dalam Perspektif Islam	8
Kebermaknaan Hidup Dalam Perspektif Teoritis	9
Krisis Paruh Baya	10
Kemampuan Mengatasi Krisis Paruh Baya	11
Dukungan Sosial	12
Hubungan Kemampuan Mengatasi Krisis Paruh Baya dengan Kebermaknaan Hidup	12
Hubungan Dukungan Sosial dengan Kebermaknaan Hidup	15
Hubungan Kemampuan Mengatasi Krisis Paruh Baya dan Dukungan Sosial dengan Kebermaknaan Hidup pada Dewasa Madya yang Bekerja	16
Kerangka Berpikir	19
Hipotesis	19

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian	19
Subjek Penelitian	20
Instrumen Pengumpulan Data	20
Prosedur Penelitian	22
Analisis Penelitian	22

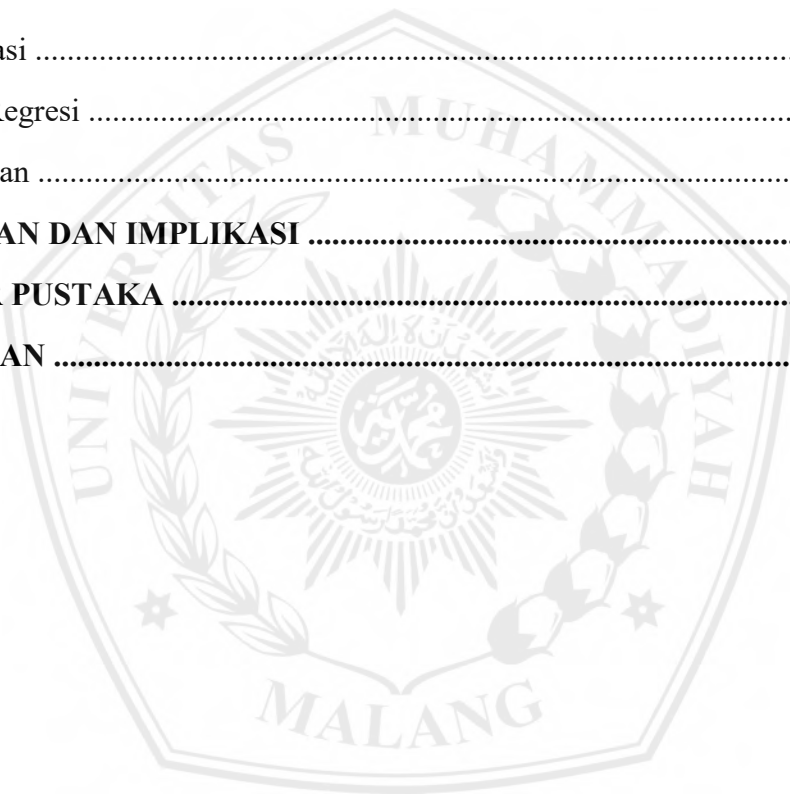
HASIL PENELITIAN

Deskripsi Data	22
Uji Korelasi	23
Analisis Regresi	24
Pembahasan	24

SIMPULAN DAN IMPLIKASI	28
-------------------------------------	-----------

DAFTAR PUSTAKA	30
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN	34
-----------------------	-----------



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Uji Korelasi Hubungan Kemampuan Mengatasi Krisis Paruh Baya Dan Dukungan Sosial Dengan Kebermaknaan Hidup Pada Dewasa Madya Yang Bekerja	23
Tabel 2. Analisis Regresi Hubungan Kemampuan Mengatasi Krisis Paruh Baya dan Dukungan Sosial dengan Kebermaknaan Hidup Pada Dewasa Madya yang Bekerja	24
Tabel 3. Tabel Analisis Deskriptif	65
Tabel 4. Hubungan Antar Variabel	66
Tabel 5. Uji Parsial Hubungan Kemampuan Mengatasi Krisis Paruh Baya Dan Dukungan Sosial Dengan Kebermaknaan Hidup Pada Dewasa Madya Yang Bekerja	67
Tabel 6. Uji Simultan Hubungan Kemampuan Mengatasi Krisis Paruh Baya Dan Dukungan Sosial Dengan Kebermaknaan Hidup Pada Dewasa Madya Yang Bekerja	68
Tabel 7. Uji Linieritas	70
Tabel 8. Uji Heteroskedastisitas	73
Tabel 9. Uji Multikolinetas	74

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Matriks Hubungan Antar Variabel	19
Gambar 2. Uji Normalitas	69
Gambar 3. Uji Heteroskedastisitas	73



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Instrumen	40
Lampiran 2. Tabulasi Instrumen	44
Lampiran 3. Skoring	52
Lampiran 4. Uji Validitas	55
Lampiran 5. Uji Reliabilitas	63
Lampiran 6. Analisis Data Deskriptif	65
Lampiran 7. Hasil Analisis Data	66
Lampiran 8. Uji Asumsi Klasik	69
Lampiran 9. Uji Heteriskedastisitas	73
Lampiran 10. Uji Multikolinearitas	74



Hubungan Kemampuan Mengatasi Krisis Paruh Baya dan Dukungan Sosial dengan Kebermaknaan Hidup pada Dewasa Madya yang Bekerja

Indah Purnamasari
Magister Psikologi Profesi
Universitas Muhammadiyah Malang

Abstrak

Kebermaknaan hidup sangat penting karena arti hidup terletak pada makna yang membuat seseorang sadar akan nilai dan keberadaan diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui lebih dalam hubungan kemampuan mengatasi krisis paruh baya dan dukungan sosial dengan kebermaknaan hidup pada usia madya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Subjek penelitian ini berjumlah 64 orang di PT. Tanito Harum (Site Loa Tebu) Tenggarong. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan *Meaning in Life Questionnaire* (MLQ), *Midlife Crisis Scale* (MCS), dan *Social Support Index* (SSI). Hasil analisis menunjukkan uji korelasi variabel kemampuan mengatasi krisis paruh baya dengan kebermaknaan hidup hubungan positif signifikan kemampuan mengatasi krisis paruh baya dengan kebermaknaan hidup ($r = 0,577$; $p = 0,000$), sedangkan variabel dukungan sosial dengan kebermaknaan hidup hubungan positif signifikan dukungan sosial dengan kebermaknaan hidup ($r = 0,607$; $p = 0,000$).

Kata Kunci: kebermaknaan hidup, kemampuan mengatasi krisis, krisis paruh baya, dukungan sosial, dewasa madya.

The Relationship Between Ability Overcomes Of Midlife Crisis And Social Support With The Meaning Of Life In Middle Aged Adult Working

Indah Purnamasari
Master of Professional Psychology
University of Muhammadiyah Malang

Abstract

The meaning of life is very important because that makes a person aware of the value and existence of oneself. This study aims to find out more in the relationship between ability overcomes of midlife crisis and social support with the meaning of life in middle age. This study use a quantitative approach to design of correlational. Subject in study amounted to 64 people in PT. Tanito Harum (Site Loa Tebu) Tenggarrong. The sampling technique in this study using purposive sampling. Data is collected by the Meaning in Life Questionnaire (MLQ), Midlife Crisis Scale (MCS), and Social Support Index (SSI). Moreover, the analysis show correlation test of the variables ability overcomes of midlife crisis with the meaning in life, is showed a significant positive correlation ($r = 0,577$; $p = 0,000$). Moreover, the analysis show correlation test variable social support with the meaning of life, is showed significant positive correlation ($r = 0,607$; $p = 0,000$).

Keywords: the meaning of life, ability overcomes of midlife crisis, midlife crisis, social support, middle age.

Latar Belakang

Setiap individu memiliki suatu keinginan dan tujuan hidup yang akan menjadi arahan segala kegiatannya dan mengharapkan dapat menjadi individu yang bertanggung jawab untuk diri sendiri, serta mampu menentukan apa yang akan dilakukan dan apa yang paling baik bagi dirinya dan lingkungannya, ingin dicintai dan mencintai orang lain, karena dengan demikian ia akan merasa dirinya berarti dan bahagia. Sebaliknya, individu yang tidak memiliki tujuan yang jelas akan menjadikan dirinya tidak terarah, sehingga merasa tidak berguna. Kebermaknaan hidup menunjukkan bahwa dalam makna hidup terkandung juga tujuan hidup, yaitu hal-hal yang perlu dicapai dan dipenuhi.

Tidak semua individu dapat menjalani hidup yang bermakna. Adakalanya individu merasakan hidupnya tidak atau kurang bermakna, ketika keinginan untuk mencapai hidup yang bermakna tidak terpenuhi. Alasan-alasanya kurang disadari bahwa dalam kehidupan dan pengalaman masing-masing individu terkandung makna hidup yang potensial yang dapat ditemukan dan dikembangkan. Selain itu, pengetahuan mengenai prinsip-prinsip dan teknik-teknik menemukan makna hidup belum dikuasai (Bastaman, 2007).

Menurut teori eksistensial Frankl (1959), motif utama perilaku manusia adalah kemauan untuk memaknai hidup. Kebermaknaan hidup setiap individu berbeda dari waktu ke waktu. Individu memaknai kehidupan dengan tuntutan situasi yang dihadapi, ketika individu menemukan dan melakukan tugasnya sendiri dalam kehidupan, dan ketika individu membiarkan dirinya mengalami atau percaya pada makna yang tertinggi, serta pilihan individu yang di dedikasikan dan berkontribusi untuk tujuan diluar dirinya.

Individu dapat menemukan makna kehidupannya (Frankl, 1973) dengan nilai-nilai kreatifnya, melalui pencapaian tujuan dan apa yang ia berikan untuk kehidupannya seperti bekerja dan membangun rumah, nilai-nilai pengalamannya melalui sesuatu yang baik seperti menikmati musik atau membangun hubungan dengan orang lain, dan nilai-nilai sikap melalui sikap individu pada saat menghadapi

situasi yang secara tidak terelakkan yang dapat menimbulkan penderitaan. Sikap ini menunjukkan persepsi individu yang lebih dalam terhadap kehidupan dan dunia.

Kebermaknaan hidup dikaitkan dengan kesehatan fisik, psikologis, kesejahteraan dan penerimaan kematian/ ketakutan akan kematian. Selain itu, individu dapat menemukan makna dalam pengalaman negatif dan dapat mengatasi situasi dengan lebih baik dibandingkan dengan yang tidak dapat menemukan makna (Kleftaras & Psarra, 2012).

Kebermaknaan hidup merupakan kekuatan, intensitas, dan aktifitas keinginan individu dan upaya untuk membangun dan meningkatkan pemahaman tentang makna dan tujuan hidup. Pencarian makna berhubungan dengan pemikiran negatif tentang diri dan masa lalu dan terlibat dalam aspek-aspek yang berpotensi baru dari satu keadaan saat ini (Streger, Oishi & Kesebir, 2011).

Salah satunya yaitu melalui bekerja, individu dapat menemukan arti hidup dan menghayati kehidupan secara bermakna. Bekerja dapat menimbulkan makna dalam hidup, pekerjaan merupakan sarana yang memberikan kesempatan untuk menemukan dan mengembangkan makna hidup. Makna hidup tidak terletak pada pekerjaan, tetapi lebih bergantung pada pribadi yang bersangkutan, dalam hal ini sikap positif dan mencintai pekerjaan itu serta cara bekerja yang mencerminkan keterlibatan pribadi pada pekerjaannya (Bastaman, 2007).

Dalam penelitian yang meneliti tentang tingkat kecemasan dan makna kematian pada usia madya menunjukkan bahwa individu mulai memeriksa makna dalam kehidupan sebagai akibat dari perasaan takut akan menghadapi kematian. Individu yang memiliki persepsi negatif terkait dengan kematian mengalami kesulitan untuk mencari makna dalam kehidupan, sedangkan individu yang memiliki persepsi positif tentang kematian, memaknai hidup dengan *transformasi* yang lebih beragam dalam hidup. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa wanita cenderung mengalami kecemasan kematian lebih banyak daripada laki-laki, dan individu yang menyaksikan kematian orang terdekat pada umumnya lebih merasakan kecemasan kematian (Yukay Yüksel, Güneş, & Akdağ, 2017).

Usia madya yaitu kelompok usia 40-65 tahun, merupakan periode pemenuhan yang lebih tinggi dalam kehidupan. Secara garis besar individu pada usia madya merasa aman secara finansial serta merasa sehat dan bahagia, tetapi tidak semua mampu mencapai apa yang diharapkan sehingga dapat membuat mereka tertekan. Seperti data yang dikeluarkan oleh WHO (Data Statistik Bunuh Diri dan Darurat Kesehatan Mental), pada tahun 2012 diperkirakan terdapat 350 juta jiwa mengalami depresi baik ringan maupun berat yang dapat memicu perilaku bunuh diri. Pada perempuan disebabkan karena kekerasan dalam rumah tangga, kekerasan seksual, tekanan sosial dan kesulitan ekonomi, sedangkan pada laki-laki diakibatkan oleh ketidakmampuan memenuhi peran sosial seperti peran sebagai kepala keluarga.

Krisis sangat penting dalam pemahaman pertumbuhan dan perkembangan manusia, meskipun banyak memandang krisis merupakan hal yang negatif yang mengganggu kehidupan, namun krisis memainkan peran penting dalam transisi kehidupan. Erik Erickson menyebutkan cara individu mengatasi berbagai krisis kehidupan memiliki peran yang sangat signifikan untuk menentukan kualitas hidup, baik ketika individu berhasil belajar untuk memahami, menangani dan mengatasi berbagai situasi krisis, akan lebih sehat dan bahagia (Khosla, 2008).

Individu yang mengalami krisis dapat berdampak negatif, baik secara fisik maupun psikologis. Ketidakmampuan mengatasi krisis dapat menyebabkan masalah psikologis sehingga menyebabkan frustrasi dan agresi. Ketidakstabilan, kemarahan, ketidakpuasan, frustrasi, merasa putus asa, dapat mengganggu eksistensi saat ini serta penyesuaian masa yang akan datang. Dimana individu sulit berpikir secara logis, benar atau salah, keputusan untuk dibuat, tindakan yang harus di ambil, dan emosi menguasai proses kognitif (Khosla, 2008).

Survei MIDUS (*Midlife in the United States*) di Amerika menunjukkan bahwa individu yang mengalami krisis paruh baya antara 10% dan 20%. Sebagian individu tersebut menyebutkan telah mengalami krisis paruh baya, sebagian lain menyatakan kecemasan terkait dengan semakin tua dan sisanya terkait seperti kehilangan pasangan hidup baik karena perceraian atau meninggal dunia, kehilangan pekerjaan atau masalah kesehatan. Hasil analisis menunjukkan bahwa individu yang

mengalami krisis paruh baya adalah mereka yang mengalami peristiwa-peristiwa besar dalam hidup yang muncul dan dirasa sebagai ancaman dan tantangan yang berat selama periode paruh baya (Wethington, 2000). Mereka yang mengalami krisis di usia madya didorong oleh kepribadian neurotik (Lachman, Teshale, & Agrigoroaei, 2015).

Survei MIDUS menilai perkembangan setengah baya termasuk dukungan sosial, partisipasi sosial, kesehatan mental/ emosional, kesehatan fisik, dan spiritualitas. Survei ini mengungkapkan bahwa usia madya (dewasa setengah baya) banyak dipengaruhi oleh dewasa muda atau lebih tua. Sebagian besar usia setengah baya terlibat hubungan kerja dan keluarga, dan keterlibatan ini sangat positif mempengaruhi dan mengurangi tekanan pada mereka. Data MIDUS juga menunjukkan adanya hubungan negatif antara usia dan depresi baik laki-laki maupun perempuan, meskipun perempuan memiliki prevalensi yang lebih tinggi (Lu, 2011).

Dari sejumlah survei mengungkapkan bahwa kepuasan hidup pada titik terendah berada pada usia pertengahan, di bagian bawah kurva kebahagiaan atau kepuasan hidup sebagai bukti krisis paruh baya (Lachman, Teshale, & Agrigoroaei, 2015). Untuk mencapai kesejahteraan psikologis, perlu adanya hubungan positif dengan orang lain, lingkungan yang baik, penerimaan diri, otonomi, dan tujuan hidup (Garcia, Al Nima, & Kjell, 2014).

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Robinson (2013), wanita mengalami krisis paruh baya lebih tinggi prevalensinya daripada laki-laki. Terjadinya krisis mencerminkan fakta adanya kontradiksi tuntutan terhadap perempuan dalam masyarakat yang membuat krisis terjadi, atau prevalensi depresi yang lebih tinggi pada wanita yang dapat mempengaruhi kemungkinan terjadinya krisis paruh baya. Krisis paruh baya yang terjadi pada individu tidak selalu sama. Sebagian besar krisis yang terjadi pada perempuan disebabkan adanya masalah keluarga dan pasangan seperti terjadinya perceraian, hubungan yang tidak baik, perselisihan dalam keluarga dan berpisah dengan anak-anak yang mulai belajar hidup mandiri untuk tahap selanjutnya dalam hidupnya, sedangkan pada laki-laki pada masalah yang berhubungan dengan pekerjaan seperti tekanan dalam pekerjaan atau kehilangan pekerjaan. Penyebab terjadinya krisis paruh baya adalah terjadinya

penuaan dan kesadaran akan kematian yang menimbulkan kecemasan (Robinson & Wright, 2013). Hermans (1999), dalam penelitiannya menyebutkan individu yang mengalami krisis dengan tingkat yang tinggi memiliki pengaruh negatif yang lebih tinggi daripada pengaruh positif untuk makna dalam hidup yang mengacu pada masa depan, tetapi tidak memiliki makna yang mengacu pada masa lalu dan masa kini (Herman, H.J.M., Oles, 1999).

Individu diharapkan sudah memiliki keluarga secara mandiri, memiliki karir yang jelas dan lebih bagus, memiliki tanggung jawab terhadap anak-anak dan orang tua yang sudah lansia serta lingkungan sosial. Setiap individu memiliki harapan yang tinggi, namun kegagalan rencana yang diharapkan dapat menimbulkan krisis. Pada periode ini, seorang laki-laki yang sudah sukses dan memiliki posisi yang tinggi, berperan sebagai kepala keluarga dan ingin berpenampilan sangat menarik dan berkelas. Hal ini menunjukkan adanya harapan untuk menemukan makna dengan status, kekuatan, kekayaan, kebahagiaan dan pengakuan ditempat umum. Individu yang menstrukturkan kehidupan dengan ambisi dan tujuan tersebut dapat mengalami tekanan dan depresi apabila gagal dalam pencapaiannya, baik kegagalan di dalam karir, pernikahan atau kehidupan. Tekanan ini terjadi karena persepsi bahwa hidup bermakna adalah tingginya posisi yang terlihat di masyarakat. Pola pikir ini menempatkan individu pada jalur yang dicari untuk menemukan makna dan tujuan dalam hidup sehingga kegagalan untuk mencapai salah satu atau semua membawa krisis serius dalam hidup.

Krisis pada wanita seperti perubahan fisik atau penampilan, penurunan daya tahan, *menopause*, kesepian, kecemasan yang semakin meningkat pada usia madya, saat anak-anak tumbuh dan keluar untuk melanjutkan kehidupan secara mandiri dan suami terpaku pada karirnya. Banyak peristiwa yang terjadi pada periode ini, seperti adanya perceraian, kegagalan untuk mengembangkan hubungan pernikahan yang baik, kehilangan karir di usia madya, ketidakpastian dalam keuangan, mengatasi tuntutan keluarga, ini memicu terjadinya frustrasi dengan banyak hal yang belum dituju. Dampak krisis paruh baya dalam keluarga sangat berpengaruh. Jika individu sedang mengalami titik krisis dalam hidup, maka stabilitas, produktivitas dalam pekerjaan, kepercayaan dan komitmen dalam hubungan patut dipertanyakan. Peningkatan

emosional dan frustrasi yang muncul menyebabkan terjadinya konflik, kebencian dan rasa sakit untuk keluarga (Reamen, 2012).

Krisis paruh baya diindikasikan oleh gejala-gejala perasaan tidak berarti dalam hidup, kekosongan, kebingungan, dan sebagainya. Dalam beberapa hal, krisis paruh baya banyak memiliki efek negatif pada kehidupan (Kim, Kim, & Kim, 2015). Individu yang mengalami krisis memiliki kecemasan tentang masa depan, ketidakmampuan memiliki waktu luang, merasakan kesehatan yang menurun, adanya evaluasi negatif dari hubungan orang tua dan anak, adanya evaluasi negatif dari hubungan pernikahan, evaluasi negatif dari kehidupan selama bekerja, kebingungan eksistensial seperti kurangnya makna kehidupan, kurangnya waktu untuk mencapai dan kurangnya pencapaian, dan stres yang timbul karena merawat orang tua yang sudah lansia (Shek, 1996)

Usia madya merupakan periode pemenuhan yang lebih tinggi dalam kehidupan, individu memiliki lebih banyak otoritas dan stabilitas dalam hal keuangan. Individu yang berada dalam masa ini diharapkan memiliki kepedulian serta tanggung jawab terhadap generasi muda seperti anaknya dan generasi yang lebih tua, baik orang tua sendiri maupun orang tua pasangan. Perubahan fisik dan psikososial pada masa ini, seperti perubahan karir, kehilangan pasangan dalam hidup baik bercerai maupun meninggal, kemunduran fisik, dan juga *menopause*. Kondisi tersebut dapat membuat individu merasa tertekan karena berada pada keadaan yang tidak diinginkan, dan dapat menyebabkan stres atau bahkan mengalami depresi. Oleh karenanya, individu pada usia ini cenderung untuk membuat perubahan, mencari teman baru, atau karir baru sebagai upaya untuk mencapai tujuan hidup mereka. Individu yang merasa stres terkait dengan proses ini dapat mengalami krisis paruh baya, namun beberapa individu tidak mengalami kondisi tersebut. Individu yang tidak mengalami kondisi tersebut akan merasa lega dan tidak terjadi krisis dalam dirinya (Nema, 2013).

Dalam masa perkembangan seperti pada masa transisi di usia madya, terdapat periode dalam keadaan stabil dan tidak stabil. Periode tidak stabil dalam masa perkembangan dapat terjadinya krisis ketika individu merasa tidak mampu mengatasi dan mencari perubahan baik dalam hubungan sosial, karir, atau gaya hidup. Selama

mengalami krisis, seseorang merasa adanya ketidaksesuaian dalam pemahaman diri (Robinson, Demetre, & Litman, 2017)

Adanya dukungan sosial dan emosional, merupakan sumber penting bagi kesehatan. Dukungan ini dapat ditandai dengan perasaan kasih sayang dan perhatian. Dukungan sosial sangat berdampak bagi kesehatan, kesejahteraan psikologis dan kepercayaan diri (Borgmann, Rattay, & Lampert, 2017).

Dukungan sosial dan peristiwa kehidupan yang mencakup berbagai masalah sosial. Dukungan sosial merupakan konstruksi yang kompleks, termasuk persepsi dan dukungan sosial. Silva, dkk (2011) melakukan analisis dukungan sosial yang menanyakan tentang kesulitan dan perasaan kurang puas dalam hubungan dengan teman, lingkungan sekitar atau kerabat, dan peristiwa kehidupan seperti mengalami krisis atau perceraian. Terjadinya peristiwa kehidupan dan kurangnya dukungan sosial berpotensi menimbulkan depresi sehingga tidak adanya kebermaknaan dalam hidup (Alexandrino-Silva, Alves, Tófoli, Wang, & Andrade, 2011).

Dari beberapa penelitian yang disebutkan, akan diuji hubungan kemampuan mengatasi krisis paruh baya dan dukungan sosial dengan kebermaknaan hidup pada dewasa madya yang bekerja, sehingga penelitian ini bertujuan untuk memberikan pemahaman dan berkembangnya perspektif yang sehat dalam kebermaknaan hidup. Adapun rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan kemampuan mengatasi krisis paruh baya dan dukungan sosial dengan kebermaknaan hidup pada dewasa madya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kemampuan mengatasi krisis paruh baya dan dukungan sosial dengan kebermaknaan hidup pada dewasa madya yang bekerja. Manfaat dari penelitian ini adalah diharapkan dapat menghasilkan wawasan baru dan mendorong koreksi arah kehidupan paruh baya.

Tinjauan Pustaka

Kebermaknaan Hidup Dalam Perspektif Islam

Kebermaknaan hidup adalah suatu proses yang mendalam, sehingga perlu adanya perenungan dan intropeksi yang mendalam pada diri individu. Beberapa tahapan seperti penerimaan diri, menemukan makna dan memiliki tujuan dalam hidup, serta realisasi makna hingga kebahagiaan, sudah terkonsep rapi dalam Agama Islam. Agar individu mampu menjalani kehidupan dengan baik, Allah telah membekali *fitrah* kepada manusia.

Salah satu dari macam-macam fitrah yang dibawa dari manusia lahir ke dunia yang tidak dimiliki oleh makhluk lainnya adalah fitrah agama. Sayid Sabiq (Asyafah, 2009) berpendapat bahwa naluri keagamaan merupakan satu-satunya batas pemisah dan membedakan antara manusia dan hewan. Agama merupakan pembeda antara manusia dan hewan, maka dari itu makna kemanusiaan dari manusia adalah individu harus beragama.

Agama merupakan rohani, sebagaimana di firmankan-Nya:

"Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman." (Q.S. Yunus [10]: 57).

Rohani manusia akan tentram apabila beriman dan dapat mengingat Allah secara benar melalui agama. Allah berfirman:

"(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram." (Q.S. al-Ra'du [13]: 28)

Individu mengharapkan dan berusaha mencapai kebahagiaan, dan agama diturunkan Allah sebagai petunjuk untuk membahagiakan manusia. Agama dalam kehidupan manusia berkaitan dengan kebermaknaan hidup. Makna hidup yang dicari oleh individu bertumpu pada naluri religiusitas dan spiritualitas yang menjadi sumber individu untuk beragama dan bersikap religius, baik dalam kehidupan pribadi maupun kehidupan dalam bermasyarakat sehingga hidupnya menjadi bermakna. Dengan

semikian, agama dapat menyediakan makna hidup yang dicari dan dibutuhkan oleh individu (Asyafah, 2009).

Kebermaknaan Hidup Dalam Perspektif Teoritis

Makna hidup merupakan elemen penting dalam pandangan dan faktor penting untuk psikologis dan kesejahteraan individu. Kehidupan memiliki makna dalam setiap keadaan, jika individu tidak berusaha untuk menemukan makna dalam hidupnya maka ia kehilangan kesejahteraan psikologisnya. Tidak memiliki makna menyebabkan suatu situasi yang disebut dengan kekosongan, keadaan ini dapat dimanifestasikan dengan gejala kebosanan, depresi dan perilaku agresif. Secara umum, makna hidup dikaitkan dengan kesehatan fisik, psikologis, dan kesejahteraan. Individu dapat menemukan makna dalam pengalaman negatif seperti penerimaan kehilangan orang terdekat baik orang tua atau pasangan hidup atau kecemasan akan kematian, kehilangan anak, dan sebagainya (Kleftaras & Psarra, 2012).

Makna hidup berarti konsistensi diantara mengejar dan realisasi tujuan dan kebahagiaan setelah pencapaian. Memiliki makna hidup sangat penting karena arti hidup terletak pada makna yang membuat orang sadar akan nilai dan keberadaan diri, sehingga individu memiliki kemampuan dan tujuan hidup. Kebermaknaan hidup adalah individu yang memiliki tujuan hidup, memiliki nilai pengalaman dan nilai sikap (Ho-tang, Mei-ju, Meng-shan, Jing-fang, & Ming-hsyang, 2015).

Menurut teori Victor Frankl (Sumanto, 2006), kebermaknaan hidup tidak diciptakan namun ditemukan dari luar individu dan dapat dicapai dengan sikap, pengalaman, dan nilai kreatif. Nilai kreatif memberikan inspirasi kepada individu untuk menghasilkan, menciptakan dan mencapai keberhasilan yang berhubungan dengan pekerjaan maupun karya. Nilai pengalaman merupakan nilai pengalaman yang positif seperti menemukan kebenaran, cinta, dan apresiasi terhadap keindahan. Nilai sikap merupakan sikap yang diberikan individu terhadap kondisi dan situasi yang tidak dapat di ubah seperti penyakit dan kematian. Kebermaknaan hidup merupakan suatu realitas objektif dari individu, dan kualitas penghayatan individu terhadap seberapa besar dirinya dapat mengembangkan dan mengaktualisasikan potensi serta kapasitas

yang dimilikinya, dan seberapa jauh dirinya telah mencapai tujuan hidup dalam rangka memberi makna kehidupannya.

Maslow (Sumanto, 2006) dalam teorinya berpendapat, kebermaknaan hidup merupakan sifat yang muncul dari dalam diri individu itu sendiri. Manusia memerlukan pemahaman kerangka nilai, filsafat hidup, ataupun agama untuk kehidupannya. Manusia akan berkembang menjadi pribadi yang utuh apabila berhasil merealisasikan potensi dengan sebaik-baiknya, kodrat alamiah manusia mencakup kemampuan spiritual dan dapat diwujudkan pada saat individu mencapai aktualisasi diri melalui keputusan-keputusan yang meningkat isi dan mutunya.

Krisis Paruh Baya

Krisis paruh baya adalah keadaan emosional terkait dengan usia yang mempengaruhi. Keadaan emosional yang terjadi pada keadaan krisis paruh baya dipengaruhi oleh kejadian-kejadian besar yang dialami pada usia madya seperti berkah, kehilangan, memiliki penyakit, atau perceraian, perasaan tidak cukup atau belum adanya pencapaian, pikiran dan perasaan takut, frustrasi, perasaan tersesat, dan bingung dengan identitas (Reamen, 2012).

Krisis paruh baya adalah masa transisi pada usia awal 40 tahun sampai akhir 50 tahun. Krisis paruh baya ditandai dengan menurunnya tingkat kebahagiaan di usia tersebut. Individu yang mengalami krisis paruh baya mengalami kecemasan yang berlebihan akan usia yang semakin menua, mudah tersinggung, perasaan bersalah, tidak berharga, sindrom sarang kosong dimana anak akan belajar mandiri, kehilangan pasangan (perceraian/ meninggal), takut akan kematian dan mengalami tekanan yang dapat menimbulkan depresi (Ubaidi, 2017).

Krisis paruh baya terjadi pada beberapa titik di usia sekitar 40-60 tahun. Krisis paruh baya terjadi karena adanya kekhawatiran yang berlebih akan masa depan, ketidakmampuan menikmati waktu luang, kesehatan yang memburuk, dan evaluasi negatif terhadap hubungan pernikahan, evaluasi negatif dalam karir, serta tekanan karena merawat orang tua yang sudah lansia (Reamen, 2012).

Krisis paruh baya menggambarkan perubahan psikologis pada usia madya seperti didorong oleh peristiwa, kesempatan dan pengalaman individu. Karakteristik krisis paruh baya adalah perjalanan melewati usia madya cenderung terjadi peristiwa dan penuh tekakanan, asumsi bahwa penuaan itu sendiri cenderung menjadi stres, sehingga krisis paruh baya menunjukkan kemunduran menjadi lebih drastis (Wethington, 2000).

Krisis merupakan guncangan akibat perubahan yang terjadi yang berdampak pada pikiran, emosi serta tingkah laku, spiritual dan fisik. Individu mengalami krisis bila memasuki usia dewasa madya karena perubahan yang terjadi. Guncangan dapat terjadi secara drastis atau perlahan, tergantung pada pengalaman yang terjadi sebelumnya. Krisis yang dialami pada dewasa madya meliputi dua tahap, tahap pertama, individu mengalami kekecewaan secara umum dan terjadi perubahan gaya hidup. Tahap kedua yaitu individu mengalami depresi dan daya kerja berubah, berusaha mencapai apa yang diharapkan. Apabila terhambat, akan lebih besar tekanan dan krisisnya. Ada beberapa penyebab dan gejala krisis, diantaranya mengalami perubahan fisik, perubahan psikologis, perubahan penampilan, perubahan perilaku, dan perubahan hubungan dalam keluarga (Monks, 2006).

Kemampuan Mengatasi Krisis Paruh Baya

Kemampuan mengatasi krisis paruh baya merupakan cara dimana individu berupaya memiliki implikasi penting untuk kesejahteraan dengan atau dalam situasi krisis. Mengatasi bisa dicapai dengan mengubah pola pikir dan perilaku untuk dikelola *distress (Emotion Focus Coping)* atau mengelola masalah yang mendasari kesulitan (*Problem Focus Coping*) dalam situasi yang menekan. Setiap individu memiliki kemampuan yang berbeda-beda untuk mengatasi krisis.

Pengaruh positif mempengaruhi individu untuk menilai situasi, seperti membina harapan dan keyakinan merupakan cara yang bermanfaat. Dengan menemukan makna dalam peristiwa kehidupan akan memberikan kebahagiaan meskipun tidak lama. Keadaan kebahagiaan yang singkat ini menimbulkan kekuatan yang sangat positif untuk menghadapi kembali dari situasi krisis (Khosla, 2008).

Dukungan Sosial

Dukungan sosial berperan penting dalam kehidupan dari berbagai kelompok usia, namun bertambahnya usia dikaitkan dengan menurunnya dukungan sosial baik dalam keluarga maupun lingkungan. Dukungan sosial dapat didefinisikan sebagai kesan individu merasakan hubungan sosial baik dalam keluarga atau pun teman cukup mendukung atau tidak (Fernandes, Sanyal, & Dhupar, 2016).

Dukungan sosial dapat membantu dan melindungi individu dari efek buruk kejadian yang dapat membuat stres. Dukungan sosial memberikan pengaruh positif dan manfaat bagi kesehatan fisik dan kesehatan mental dan perasaan bahagia. Keseimbangan antara memberi dukungan dan mendapatkan dukungan sosial sangat penting dan diharapkan untuk saling memberi penghargaan satu sama lain (Lu, 1997).

Cobb (1976, dalam Sarafino, 1997), menyebutkan dukungan sosial diartikan sebagai suatu kenyamanan, perhatian, penghargaan atau bantuan yang dirasakan dari orang lain maupun kelompok lain. Dukungan sosial memiliki beberapa komponen, yaitu pengetahuan yang dimiliki individu bahwa ia dapat mengandalkan bantuan ketika dibutuhkan, ia menyadari ada orang yang dapat diandalkan untuk dapat menolongnya ketika ia mengalami kesulitan, kemudian dukungan sosial berupa nasehat dan informasi dari sumber yang dapat dipercaya, dukungan berbentuk pengakuan atau penghargaan terhadap kemampuan dan kualitas individu sehingga membuat individu merasa dirinya diterima dan dihargai, dukungan berupa ekspresi dari kasih sayang dan cinta yang dapat memberikan rasa aman kepada individu yang menerima, dukungan berbentuk kesamaan minat dan perhatian serta rasa memiliki dalam suatu kelompok, dan dukungan berupa perasaan individu bahwa ia dibutuhkan oleh orang lain (Cutrona, Cole, Colangelo, Assouline, & Russell, 1994).

Hubungan Kemampuan Mengatasi Krisis Paruh Baya dengan Kebermaknaan Hidup

Dalam memahami konsep krisis, krisis bisa menghasilkan konsekuensi positif sebagai peluang untuk pertumbuhan, namun dapat juga sebagai indikasi negatif atau menjadi lebih buruk. Individu dapat belajar untuk mengatasi situasi krisis dengan

memanfaatkan kemampuannya secara baik dengan belajar dari berbagai jenis pengalaman kehidupan. Individu mampu mengatasi berbagai pengalaman stres dalam hidupnya secara efektif sehingga psikologis dan fungsi fisik tidak dirugikan. Hal ini sangat penting untuk mengembangkan ketahanan yang dapat membuat situasi sulit menjadi tidak berpengaruh (Khosla, 2008).

Erikson berpendapat pada masa dewasa madya, aspek kedewasaan semakin berkembang. Masalah identitas memudar diikuti oleh *generativitas* dan *integritas*, namun tidak jarang bagi individu untuk mengevaluasi dan mengatur kembali peran sosial seperti perubahan karir, melanjutkan pendidikan, perceraian, pernikahan kembali, kematian orang yang dicintai, yang memungkinkan dapat terjadi krisis paruh baya (Sokol, 2009).

Levinson (1978, 1987) memandang paruh kehidupan sebagai sebuah krisis, yang meyakini bahwa individu usia madya berada pada masa transisi, yang berusaha mengatasi kesenjangan yang mengancam kontinuitas kehidupan. Vaillant (1977) menyimpulkan bahwa usia madya berada pada periode untuk mendeteksi kekurangan-kekurangan orang tua dan menemukan kebenaran tentang masa anak-anak, usia 40-an merupakan momen untuk menilai dan mencatat kebenaran mengenai tahun-tahun remaja dan masa dewasa (Santrock, 2002).

Teori Erikson sendiri memakai dasar perkembangan sosial, pada setiap tahap perkembangan muncul konflik sosial yang khas. Dalam tahap perkembangan kepribadian ditandai oleh krisis identitas, yang dinamakan Erikson titik balik. Selama masa krisis, banyak terjadi perubahan penting identitas ego, bisa positif atau negatif. Berbeda dengan pemakaian umum, krisis bukan peristiwa bencana yang mengerikan, tetapi lebih sebagai peluang untuk menjadi lebih bisa menyesuaikan diri atau menjadi tidak sesuai (Alwisol, 2007).

Krisis paruh baya ditandai dengan transisi psikologis dari masa dewasa ke usia lanjut. Individu pada tahap ini dihadapkan pada tantangan yang berat dalam menerima kematian yang akan terjadi dan berkomitmen untuk seumur hidup dengan cara yang konstruktif. Krisis terbentuk apabila tidak adanya penerimaan dan tidak adanya upaya dengan kesiapan mental dari tahap pra transisi. Krisis tidak terjadi pada

semua orang, namun individu yang mengalami ini tidak selalu sama dan tergantung pada keadaan individu (Anoop, 2016).

Terjadinya krisis paruh baya pada individu menunjukkan tidak adanya kebermaknaan dalam hidup untuk terus melakukan suatu tindakan. Adanya ketakutan akan kematian dan membuat individu merasa terbatas dan tidak memiliki banyak waktu lagi, merasakan apa yang dilakukan tidak ada hasilnya atau sia-sia. Persepsi akan kesia-siaan dalam hidup di provokasi kesadaran akan kematian (Kieran Setiya, 2014).

Mencari makna merupakan keinginan dan usaha seseorang untuk memahami arti, makna, dan tujuan hidup. Secara umum, pencarian makna seseorang dihubungkan dengan pemikiran negatif seseorang dimasa lalu yang menimbulkan aspek baru yang potensial dari situasi saat ini (Streger, M.F., Oishi, S., Kesebir, 2011).

Kebermaknaan hidup merupakan kebutuhan individu untuk menemukan makna dalam kehidupan untuk menjalani kehidupan yang sehat, beradaptasi dengan baik, memiliki rasa penting dan tujuan hidup. Makna dalam kehidupan memiliki peranan penting dalam fase krisis, berfungsi sebagai konstruksi psikologi positif bagi individu. Secara kognitif hal ini dapat menjadi motivasi dan mengatur dampak stres terhadap kesehatan atau bertindak sebagai penyangga. Memungkinkan individu untuk mengamati realitas saat ini, lalu membayangkan realitas alternatif dengan menafsirkan masa lalu dan mengantisipasi masa depan dan kemudian mengarahkan perilaku dan mengarahkan perilaku sesuai dengan saat itu dengan pengalaman kejadian kehidupan tertentu. Dengan demikian, kebermaknaan hidup memiliki dampak kuat pada kesehatan dan kesejahteraan emosional baik pada saat-saat biasa maupun pada saat krisis (Awasthi, Chauhan, & Verma, 2014).

Tujuan hidup memiliki peran dalam mengatasi tantangan hidup. Erikson (1968) menyebutkan tujuan hidup dapat membantu menyelesaikan krisis identitas. Kehidupan yang bermakna memiliki tujuan dan intitusi yang memberi rasa komitmen terhadap sesuatu yang lebih besar dari diri sendiri. Generativitas pada usia paruh baya mempengaruhi kesejahteraan, dengan tujuan yang kuat dalam membimbing generasi untuk masa depan (Bronk, Hill, Lapsley, Talib, & Finch, 2009).

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kemampuan mengatasi krisis paruh baya dengan kebermaknaan hidup memiliki pengaruh. Makna dalam hidup memiliki peranan penting dalam fase krisis, berfungsi sebagai konstruksi psikologi positif bagi individu. Individu dapat belajar untuk mengatasi situasi krisis dengan memanfaatkan kemampuannya secara baik dengan belajar dari berbagai jenis pengalaman kehidupan, sehingga secara psikologis dan fungsi fisik tidak di rugikan.

Hubungan Dukungan Sosial dengan Kebermaknaan Hidup

Dukungan sosial berperan penting dalam mengelola masalah psikologis dan merupakan penyangga terhadap stres. Kurangnya dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang menyebabkan masalah dalam psikologis. Dukungan sosial mengacu pada pengalaman dihargai, dihormati, diperhatikan dan dicintai oleh orang-orang yang hadir dalam kehidupan individu. Dukungan sosial dapat membantu mengurangi stres yang dialami dan membantu individu mengatasi lebih baik dalam menghadapi situasi yang menekan (Yasin & Dzulkifli, 2010).

Dukungan sosial dapat dalam berupa seperti keluarga, masyarakat, dan lembaga sosial lainnya. Dukungan sosial memiliki efek menguntungkan terhadap lingkungan masyarakat, kesehatan dan kesejahteraan, terlepas dari seberapa besar stres yang di alami. Dukungan sosial bertindak untuk melindungi individu dari efek yang berpotensi stres atau kehidupan yang penuh tekanan (Ahmad, 2016).

Menerima dukungan sosial tidak hanya meningkatkan kesejahteraan psikologis, tetapi juga melemahkan pengalaman psikologi negatif dalam kondisi stres. Menerima dukungan dapat bermanfaat bagi kesehatan dan kesejahteraan. Adanya dukungan sosial dapat mengurangi efek stres pada tekanan psikologis, kecemasan dan depresi (Wang & Gruenewald, 2017).

Dukungan sosial dan kedekatan emosional terhadap orang lain yang signifikan juga lebih meningkat pada usia dewasa. Frekuensi interaksi dengan pasangan hidup dan saudara meningkat di periode usia yang sama dan kedekatan emosional meningkat disepanjang usia dewasa dalam relasinya dengan orang lain dan teman dekat (Siedlecki, Salthouse, Oishi, & Jeswani, 2014). Dukungan sosial semakin

lebih terasa dengan adanya kedekatan emosional yang semakin meningkat sehingga dapat menekan atau mengurangi tingkat stres.

Dukungan sosial yang buruk merupakan faktor terjadinya depresi. Dukungan sosial dapat membantu mengatasi masalah dalam hubungan interpersonal, memiliki peran dalam menjaga kesehatan dan penurunan kerentanan terhadap penyakit fisik dan mental serta menyangga yang dapat merugikan efek psikologis akibat stres. Kurangnya dukungan sosial dapat meningkatkan resiko terjadinya depresi (Alexandrino, Alves, Tofoli, Wang, & Andrade, 2011).

Dari uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial sangat berpengaruh dengan kebermaknaan hidup. Dukungan sosial dapat membuat kesehatan fisik maupun psikologis menjadi lebih baik. Semakin tinggi dukungan sosial, maka tingkat stres dan depresi semakin rendah dan hidup lebih bermakna.

Hubungan Kemampuan Mengatasi Krisis Paruh Baya dan Dukungan Sosial dengan Kebermaknaan Hidup Pada Dewasa Madya

Masa dewasa adalah tahap dimana individu menempatkan diri di masyarakat dan ikut bertanggung jawab terhadap apapun yang dihasilkan dari masyarakat. Umumnya diantara tahap-tahap perkembangan, tahap ini menjadi tahap yang paling panjang.

Secara umum, dewasa madya ditandai dengan serangkaian peristiwa besar dalam hidup, seperti sarang kosong, dipuncak karir atau pensiun, orang tua yang meninggal dunia, kehilangan pasangan hidup (meninggal/ bercerai), khawatir tentang penurunan kesehatan dan berbagai manifestasi dari penuaan. Individu yang mengalami tekanan dan stres pada masa ini dapat mengalami krisis paruh baya. Hal ini dapat terjadi penarikan dalam pekerjaan, perubahan karir, rasa kesepian dalam keluarga, perasaan energi yang melemah, kecemasan atas penuaan dan kematian, perasaan perbedaan antara aspirasi dan prestasi, rasa kehilangan dan tidak berharga. Jika masalah ini tidak dapat terselesaikan akan menimbulkan depresi dan sebaliknya, pada masa ini dapat dilewati akan meningkatkan beberapa hubungan baik dalam keluarga, masyarakat, ataupun relasi dalam pekerjaan. Hal ini mengingatkan pada konsep *generativity* Erickson yang memandang sebagai berjuang untuk berkontribusi secara

kreatif terhadap pengasuhan dan kesejahteraan generasi mendatang dengan cara akan bertahan bahkan setelah akhir umur yang terbatas pada usia ini (Lu, 2011).

Periode ini merupakan masa transisi, dimana individu akan menghasilkan sesuatu yang bermanfaat untuk masa selanjutnya. Pada masa ini, individu ditanggguhkan antara masa lalu dan masa depan. Individu menilai kembali dari masa remaja dan pada masa dewasa setengah baya yang ditandai dengan perubahan fisik dan berkurangnya kapasitas reproduksi pada wanita, demikian juga dengan tanggung jawab baru merawat anak sebagai orang tua, cucu, dan merawat orang tua yang sudah lansia. Pada periode ini juga merupakan salah satu dimana individu mendapat tanggungjawab baru dalam karirnya dan karena itu perlu untuk menilai kembali struktur kehidupan sebelumnya dengan tujuan memperbaiki kembali. Kecemasan yang berlebihan akan masa yang akan datang, ketidakmampuan untuk menikmati waktu luang, kesehatan yang menurun, evaluasi yang negatif dalam karir, hubungan pernikahan, dan stres yang timbul dari merawat orang tua akan menimbulkan krisis di usia paruh baya yang menimbulkan kecemasan dan menjadi emosional. Perasaan bahwa belum pada titik pencapaian menimbulkan pikiran dan perasaan takut, perasaan tersesat dan bingung tentang identitas. Individu yang mengalami krisis karena perubahan hidup mengalami gejala seperti merasakan kebosanan dan lelah, takut dan frustrasi akan tidak memiliki waktu yang cukup untuk mendapatkan suatu pencapaian, mulai kehilangan fokus dan berkurangnya konsentrasi, menurun atau meningkatkan ambisi, memperhatikan penampilan, merenung atau berselingkuh terutama dengan seseorang yang jauh lebih muda (Reamen, 2012).

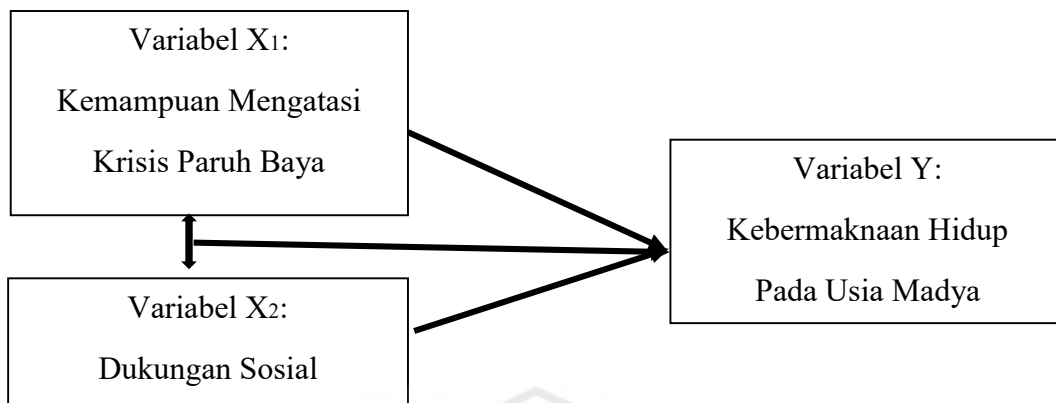
Dukungan keluarga, teman, dan komunitas pada fase ini sangat penting dalam meningkatkan kebahagiaan, kesejahteraan psikologi dan kebermaknaan dalam hidup (Ahmad, 2016). Dukungan sosial memainkan peranan penting dalam masalah psikologis. Dukungan sosial dapat mengurangi tekanan yang memicu stres dan depresi (Yasin & Dzulkifli, 2010). Individu yang mengalami krisis paruh baya sangat membutuhkan dukungan sosial untuk melewati tahapan ini dengan baik. Adanya perhatian dan kepedulian membuat seseorang merasa dicintai dan dihargai, sehingga mengurangi tekanan yang dapat menimbulkan depresi dan membuat hidupnya menjadi terasa lebih bermakna.

Usia paruh baya adalah usia transisi penting untuk mempersiapkan banyak tantangan. Pada masa transisi ini, dewasa madya berubah peran sosial. Dewasa paruh baya merupakan sumber utama dukungan sosial dan penerima dukungan sosial (Fiori & Denckla, 2012). Dukungan sosial dapat melindungi dari masalah kesehatan fisik dan mental, dan dapat mencegah terjadinya depresi dalam mengatasi kesulitan dalam hidup. Dukungan sosial sangat penting untuk memperoleh dan mempertahankan nilai diri, materi, informasi, dan dukungan emosional. Individu yang mendapatkan dan merasakan adanya dukungan sosial, mendapatkan kepuasan dan menjadi bahagia, sehat dan sejahtera (Hou, Cerulli, Wittink, Caine, & Qiu, 2015)

Penting untuk mengatur diri dan mengembalikan keseimbangan untuk bertahan dalam keadaan di situasi krisis. Meskipun membutuhkan waktu, beberapa individu dapat mengatasi rasa sakit dan ketidaknyamanan dengan lebih mudah daripada yang lain, namun upaya kemampuan mengatasi krisis tetap harus dilakukan untuk perkembangan. Dukungan sosial seperti anggota keluarga, teman sebaya, kerabat, sangat membantu untuk menghadapi situasi krisis. Kemampuan mengatasi krisis dapat menentukan apakah perkembangan masa depannya akan positif atau negatif baik secara fisik maupun psikologis. Pada saat pertahanan pribadi individu tidak baik serta ada menolak dukungan sosial, dapat mengalami gangguan secara psikologis maupun fisik, maka dari itu sangat penting untuk memahami dan memiliki kemampuan mengatasi krisis (Khosla, 2008).

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa periode dimana dewasa madya mengalami peristiwa besar dalam hidupnya, sehingga individu yang mengalami tekanan dan stres dapat mengalami krisis paruh baya. Pada masa seperti ini dukungan sosial sangat berpengaruh untuk melewati fase krisis sehingga individu dapat merasa hidupnya menjadi bermakna. Dukungan sosial akan memberikan rasa berarti bagi individu sehingga menimbulkan rasa bahagia, rasa bahagia ini akan tersimpan menjadi energi individu untuk mengatasi krisis, kemampuan mengatasi krisis ini akan membuat individu mampu melewati krisis dengan baik sehingga individu memiliki kebermaknaan dalam hidupnya.

Kerangka Berpikir



Gambar 1 Matriks Hubungan Antar Variabel

Hipotesis

Berdasarkan kajian yang telah dibahas maka hipotesis penelitian ini adalah

1. Terdapat hubungan antara kemampuan mengatasi krisis paruh baya dengan kebermaknaan hidup pada dewasa madya yang bekerja.
2. Terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kebermaknaan hidup pada dewasa madya yang bekerja.
3. Terdapat hubungan antara kemampuan mengatasi krisis paruh baya dan dukungan sosial dengan kebermaknaan hidup pada dewasa madya yang bekerja.

Metode

Desain Penelitian

Desain dari penelitian adalah proses yang diperlukan dalam perencanaan dan pelaksanaan penelitian. Desain ini dimulai dengan mengadakan penyelidikan dan evaluasi terhadap penelitian yang sudah dikerjakan dan diketahui, dalam memecahkan masalah. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional, suatu penelitian yang dilakukan untuk mengetahui hubungan dan arah hubungan antara dua variabel atau lebih tanpa ada upaya untuk mempengaruhi variabel tersebut sehingga tidak dapat memanipulasi variabel (Kerlinger, 2006). Dalam penelitian ini peneliti ingin mengetahui hubungan antar variabel.

Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah individu yang berusia madya (40-55 tahun) di PT. Tanito Harum (site Loa Tebu). Pemilihan sampel sesuai dengan karakteristik yang telah ditetapkan untuk dapat menjadi sampel penelitian, yaitu karyawan PT. Tanito Harum (site Loa Tebu) dengan batasan usia 40-55 tahun karena secara teoritik pada usia inilah seseorang masuk dalam kategori usia madya. Sampel yang telah diambil adalah sebanyak 64 subjek, sehingga dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* (bertujuan). Kerlinger (2006) menjelaskan ciri dari *purposive sampling* adalah penilaian dan upaya cermat untuk memperoleh sampel representatif dengan cara meliputi wilayah atau kelompok yang diduga sebagai anggota sampelnya.

Instrumen Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data skala atau kuesioner yang berisikan suatu rangkaian pertanyaan atau pernyataan mengenai sesuatu hal atau dalam suatu bidang. Validitas dan reliabilitas adalah merupakan dua hal yang sangat penting dan saling berkaitan juga sangat berperan dalam pengukuran, yaitu untuk menentukan kualitas dari alat ukur (Cowles, 2001).

Kebermaknaan hidup diukur dengan menggunakan *Meaning in Life Questionnaire* (MLQ), yang berisi 10 item pernyataan. Salah satu contoh item kuesioner yaitu “saya mencari sesuatu yang membuat hidup saya terasa bermakna”. Setiap pernyataan berisikan 7 pilihan jawaban, mulai dari 1 (sama sekali tidak benar) hingga 7 (sangat benar). Dirancang untuk mengukur dua dimensi makna dalam kehidupan, yaitu seberapa banyak responden yang merasa hidup mereka memiliki makna dan berapa banyak responden berusaha untuk menemukan makna dan pengertian dalam kehidupan mereka (Steger, Frazier, Oishi, & Kaler, 2006).

Kemampuan mengatasi krisis paruh baya diukur dengan menggunakan *Midlife Crisis Scale* (MCS), yang berisi 15 item pernyataan. Salah satu contoh item skala yaitu “saya kecewa karena mengingat usia saya, saya masih belum memiliki banyak pencapaian”. Setiap pernyataan berisikan 5 pilihan jawaban, yaitu: sangat tidak

benar, tidak benar, ragu-ragu, benar, dan sangat benar. Sedangkan pemberian skor pada masing-masing pernyataan adalah 1, 2, 3, 4, 5, dan sebaliknya, sesuai dengan skoring yang berlaku pada skala (Shek, 1996).

Dukungan sosial diukur dengan menggunakan *Social Support Index* (SSI), yang berisi 17 item pernyataan berupa skala Likert dengan 5 pilihan jawaban. Salah satu contoh item skala yaitu “saya memiliki teman yang memberi tahu saya bahwa mereka menghargai siapa saya dan apa yang dapat saya lakukan. Setiap pernyataan berisikan 5 pilihan jawaban, yaitu 1 (sangat tidak setuju), 2 (tidak setuju), 3 (netral), 4 (setuju), 5 (sangat setuju). SSI dikembangkan oleh Hamilton McCubbin, Joan Patterson, dan Thomas Glynn (1982) sebagai bagian dari beberapa studi nasional dengan tujuan merekam sejauh mana keluarga menemukan dukungan di komunitas mereka. Studi sebelumnya menekankan pentingnya dukungan sosial sebagai penyangga terhadap faktor-faktor krisis dan mediator keluarga (Fischer, et al., 2007).

Instrumen yang diuji-cobakan (*try out*) berjumlah tiga instrumen terdiri dari *midlife crisis scale* (MCS) yang terdiri dari 15 skala item dan setelah dilakukan uji validitas item yang memenuhi sebanyak 15 item. Adapun rinciannya adalah sebagai berikut: 1 item tidak valid yaitu item skala nomor 11 dengan nilai *correlation pearson* 0,088. Reliabilitas MCS dilakukan dengan Alpha Chronbach. Setelah dilakukan *try out* serta uji reliabilitas dengan Alpha Chronbach, didapatkan koefisien reliabilitas sebesar 0,859. Dari 15 item pernyataan, tidak ada item yang gugur, sehingga skala penelitian 15 item.

Untuk *social support index* (SSI) yang terdiri dari 17 skala item dan setelah dilakukan uji validitas item yang memenuhi sebanyak 17 item. Setelah dilakukan *try out* serta uji reliabilitas dengan Alpha Chronbach, didapatkan koefisien reliabilitas sebesar 0,912. Dari 17 item pernyataan, tidak ada item yang gugur.

Sedangkan *the meaning in life questionnaire* (MLQ) yang terdiri dari 10 skala item dan setelah dilakukan uji validitas item yang memenuhi sebanyak 9 item. Adapun rinciannya adalah sebagai berikut: 1 item tidak valid, yaitu item skala nomor 9 dari item *favorable* dengan nilai *correlation pearson* (0,064). Setelah dilakukan *try out* dan

uji validitas serta reliabilitas dengan Alpha Chronbach, didapatkan koefisien reliabilitas sebesar 0,712.

Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian diawali dengan tahap persiapan, yaitu mempersiapkan instrumen yang akan digunakan sebagai alat ukur. Melakukan survey awal dan observasi tempat penelitian. Pengambilan subjek didahului dengan meminta persetujuan kepada pihak terkait. Usia dari subjek adalah 40-55 tahun. Tahap ini diawali dengan menyebarkan instrumen kepada 64 subjek. Tahap pelaksanaan ini berlangsung pada tanggal 30 Juni 2018. Tahap akhir penelitian ini adalah melakukan analisis data penelitian dan pengujian terhadap hipotesis penelitian.

Analisis Penelitian

Analisis penelitian ini dilakukan dengan regresi linier berganda, dan dianalisis dengan bantuan SPSS 20, yang dilakukan untuk mengukur besarnya pengaruh antara dua atau lebih variabel independen terhadap satu variabel dependen dan memprediksi variabel dependen dengan menggunakan variabel independen. Dalam regresi linier berganda terdapat asumsi klasik yang harus terpenuhi, yaitu residual terdistribusi normal, tidak adanya multikolinearitas, tidak adanya heteroskedastisitas, dan tidak adanya autokorelasi pada model regresi (Priyatno, 2012).

Hasil Penelitian

Deskripsi Data

Penelitian dilakukan terhadap 64 subjek di PT. Tanito Harum Samarinda (Site Loa Tebu) dengan rentangan usia antara 40-55 tahun. Deskripsi masing-masing variabel berdasarkan hasil penelitian adalah pada variabel kemampuan mengatasi krisis paruh baya menunjukkan bahwa dari 64 subjek penelitian berada pada kategori

tinggi dengan valid percent 81,3. Maka dapat diketahui bahwa kemampuan mengatasi krisis paruh baya berada pada kategori tinggi.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa pada dukungan sosial berada pada kategori tinggi dengan valid percent 73,4. Hasil penelitian terhadap kebermaknaan hidup dapat diketahui bahwa pada kebermaknaan hidup berada pada kategori sedang dengan valid percent 87,5. Hasil ini menunjukkan bahwa kebermaknaan hidup pada dewasa madya yang bekerja di PT. Tanito Harum pada kategori sedang.

Analisis Data

Uji Korelasi

Berikut ini adalah hubungan variabel penelitian kemampuan mengatasi krisis paruh baya, dukungan sosial, dan kebermaknaan hidup.

Tabel 1. Uji Korelasi Hubungan Kemampuan Mengatasi Krisis Paruh Baya dan Dukungan Sosial dengan Kebermaknaan Hidup pada Dewasa Madya yang Bekerja.

		Kemampuan Mengatasi Krisis Paruh Baya	Dukungan Sosial	Kebermaknaan hidup
Kemampuan Mengatasi Krisis Paruh Baya	Pearson Correlation	1	0,793**	0,577**
	Sig. (2-tailed)		,000	,000
	N	64	64	64
Dukungan Sosial	Pearson Correlation	0,793**	1	0,607**
	Sig. (2-tailed)	,000		,000
	N	64	64	64
Kebermaknaan hidup	Pearson Correlation	0,577**	,607**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	
	N	64	64	64

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel hasil uji korelasi antara variabel kemampuan mengatasi krisis paruh baya dengan kebermaknaan hidup dapat disimpulkan hubungan positif signifikan kemampuan mengatasi krisis paruh baya dengan kebermaknaan hidup ($r = 0,577; p = 0,000$). Hal ini berarti bahwa semakin tinggi tingkat kemampuan mengatasi krisis paruh baya maka tingkat kebermaknaan hidup akan semakin tinggi. Berdasarkan hasil uji koefisien korelasi variabel dukungan sosial dengan kebermaknaan hidup dapat disimpulkan hubungan positif signifikan dukungan sosial dengan kebermaknaan hidup ($r = 0,607; p = 0,000$). Hal ini berarti bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka tingkat kebermaknaan hidup akan semakin tinggi. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial maka tingkat kebermaknaan hidup akan semakin rendah.

Analisis Regresi

Berikut ini adalah analisis regresi hubungan variabel kemampuan mengatasi krisis paruh baya, dukungan sosial, dan kebermaknaan hidup.

Tabel 2. Analisis Regresi Hubungan kemampuan mengatasi krisis paruh baya dan dukungan sosial dengan Kebermaknaan Hidup.

Variabel Dependen : Kebermaknaan Hidup			
Variabel Independen :	R²	F	P
Kemampuan mengatasi krisis paruh baya dan dukungan sosial	0,393	19,738	0,000

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan pada tabel 2, diperoleh nilai F hitung adalah 19,738, sedangkan nilai sig, sebesar 0,000 lebih kecil dibandingkan 0,05. Berdasarkan hasil tersebut maka kemampuan mengatasi krisis paruh baya dan dukungan sosial berpengaruh terhadap kebermaknaan hidup. Terdapat pengaruh yang signifikan antara mengatasi krisis paruh baya dan dukungan sosial dengan kebermaknaan hidup.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kemampuan mengatasi krisis paruh baya dan dukungan sosial berhubungan dengan kebermaknaan hidup. Adanya

hubungan signifikasi antar variabel. Kebermaknaan hidup pada dewasa madya tersebut merupakan hasil interaksi atau saling berhubungan antara berbagai macam faktor, termasuk diantaranya adalah kemampuan mengatasi krisis paruh baya dan adanya dukungan sosial baik dari keluarga, lingkungan, maupun rekan kerja. Hasil penelitian ini mendukung penelitian yang dilakukan oleh Garcia, Al Nima dan Kjell (2014) menyimpulkan bahwa untuk memiliki kebermaknaan hidup dan mencapai kesejahteraan psikologis, perlu adanya hubungan positif dengan orang lain, lingkungan yang baik, penerimaan diri, dan tujuan hidup.

Kebermaknaan hidup menunjukkan bahwa dalam makna hidup terkandung juga tujuan hidup, yaitu hal yang dicapai dan dipenuhi, namun tidak semua individu dapat menjalani hidup yang bermakna. Salah satu individu dapat menemukan arti hidup dan menghayati kehidupan secara bermakna adalah melalui bekerja, pekerjaan merupakan sarana yang memberikan kesempatan untuk menemukan dan mengembangkan makna hidup. Kebermaknaan hidup tergantung pada pribadi individu yang bersangkutan (Bastaman, 2207).

Individu juga dapat menemukan makna dalam pengalaman negatif dan dapat mengatasi situasi dengan lebih baik dibandingkan dengan yang tidak dapat menemukan makna (Kleftaras & Psarra, 2012). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa individu belajar dari pengalaman negatif untuk mengatasi situasi yang akan datang dengan lebih baik. Reamen (2012) menyebutkan adanya harapan untuk menemukan makna dengan status dan pengakuan di tempat umum, individu yang menstrukturkan kehidupan dengan ambisi dan tujuan dapat mengalami tekanan dan depresi apabila gagal dalam pencapaiannya, baik kegagalan dalam karir, pernikahan atau kehidupan. Tekanan dapat terjadi karena persepsi bahwa kehidupan bermakna adalah tingginya posisi yang terlihat di masyarakat yang menempatkan pola pikir individu pada jalur yang dicari untuk menemukan makna dan tujuan dalam hidup, sehingga kegagalan untuk mencapai salah satu atau semua membawa krisis serius dalam hidup.

Penelitian Khosla (2008), menunjukkan hasil bahwa krisis memainkan peran yang sangat penting dalam perkembangan hidup, dan adanya kebutuhan kemampuan

untuk mengatasi krisis sangat berimplikasi terhadap kesejahteraan dan kebahagiaan hidup. Hasil penelitian ini juga mendukung penelitian yang dilakukan oleh Shek (1996) menyimpulkan bahwa individu yang mengalami krisis memiliki kecemasan tentang masa depan, ketidakmampuan memiliki waktu luang, merasakan kesehatan yang menurun, adanya evaluasi negatif dari kehidupan selama bekerja dan kurangnya makna dalam kehidupan serta kurangnya waktu untuk mencapai dan kurangnya pencapaian.

Hasil penelitian hubungan kemampuan mengatasi krisis paruh baya dengan kebermaknaan hidup menunjukkan adanya hubungan yang signifikan, semakin tinggi kemampuan mengatasi krisis maka semakin tinggi kebermaknaan hidup seseorang. Robinson (2013) menjelaskan terjadinya krisis mencerminkan fakta adanya tuntutan dalam masyarakat yang membuat krisis terjadi atau prevalensi depresi yang dapat mempengaruhi kemungkinan terjadinya krisis paruh baya.

Erickson menyebutkan cara individu mengatasi berbagai krisis kehidupan memiliki peran untuk menentukan kualitas hidup, baik ketika individu berhasil belajar untuk memahami, menangani, dan mengatasi berbagai situasi krisis dan akan menjadi lebih sehat dan bahagia. Krisis yang dialami individu dapat berdampak negatif apabila tidak memiliki kemampuan untuk mengatasinya. Sehingga dapat menyebabkan masalah psikologis yang dapat menimbulkan frustrasi dan agresi, ketidakstabilan emosi yang dapat menimbulkan kemarahan, rasa tidak puas akan pencapaian, merasa putus asa, dan dapat mengganggu eksistensi saat ini serta penyesuaian masa yang akan datang (Khosla, 2008).

Kemampuan mengatasi krisis paruh baya berpengaruh terhadap krisis paruh baya. Krisis terbentuk apabila tidak adanya penerimaan dan tidak adanya upaya dengan kesiapan mental. Makna dalam kehidupan memiliki peranan penting dalam fase krisis, berfungsi sebagai konstruksi psikologi positif bagi individu. Mengatasi krisis bisa dicapai dengan mengubah pola pikir dan perilaku untuk dikelola atau mengelola masalah yang mendasari kesulitan dalam situasi yang menekan.

Cara individu dalam menilai situasi seperti membina harapan dan keyakinan merupakan cara yang efektif dan bermanfaat untuk menemukan makna dalam

peristiwa kehidupan, hal ini akan menimbulkan rasa bahagia meskipun tidak berlangsung lama. Keadaan inilah yang menimbulkan kekuatan yang sangat positif untuk menghadapi kembali dari situasi krisis (Khoesla, 2008).

Pada usia madya, terdapat periode dalam keadaan stabil dan tidak stabil. Pada periode tidak stabil dapat terjadi krisis ketika individu merasa tidak mampu mengatasi dan mencari perubahan baik dalam hubungan sosial, karir, atau gaya hidup. Pada masa ini dibutuhkan dukungan sosial. Dukungan sosial berdampak bagi kesehatan psikologis dan kepercayaan diri.

Hasil ini mendukung penelitian yang telah dilakukan oleh Silva dkk (2011) yang menjelaskan bahwa kesulitan dan kurang puas dalam hubungan dengan teman, lingkungan sekitar atau kerabat, dan peristiwa kehidupan seperti mengalami krisis. Terjadinya peristiwa kehidupan dan kurangnya dukungan sosial berpotensi menimbulkan depresi sehingga tidak adanya kebermaknaan dalam hidup.

Hasil penelitian dukungan sosial dan kebermaknaan hidup menunjukkan adanya hubungan yang signifikan. Hou (2015) dalam penelitiannya mengatakan dukungan sosial yang dirasakan lebih penting dari dukungan sosial yang diterima. Shumaker dan Brownell (Hou, 2015) menyarankan dukungan sosial harus dirasakan oleh penyedia atau penerima dan nilai hubungan terkait dengan kepuasan menjadi bahagia sehingga individu dapat merasakan bahwa hidupnya memiliki makna.

Ada beberapa bentuk dukungan sosial, diantaranya yaitu individu menyadari bahwa ia dapat mengandalkan bantuan ketika dibutuhkan dan menyadari ada orang lain yang dapat diandalkan untuk dapat menolongnya ketika mengalami ia kesulitan, kemudian dukungan sosial berupa nasehat dan informasi dari sumber yang dapat dipercaya, adanya bentuk pengakuan dan penghargaan terhadap kemampuan kualitas individu sehingga individu merasa dirinya diterima dan dihargai, dukungan berupa kasih sayang dan cinta yang menimbulkan rasa aman bagi individu, dukungan berupa perhatian, serta perasaan individu bahwa ia dibutuhkan oleh orang lain (Cutrona, Cole, Colangelo, Assouline, & Russell, 1994).

Dalam penelitian Lu (1997) menyebutkan adanya ketidakpuasan dengan hubungan dimana dukungan diterima atau diberikan dari konsep negatif dalam

interaksi sosial berkontribusi terhadap pengaruh negatif. Masalah yang dieksplorasi adalah peran timbal balik yang dirasakan dari dukungan sosial dalam kaitannya dengan kesejahteraan. Interaksi antara anggota keluarga lebih peduli dengan kebutuhan orang lain, sebaliknya interaksi dengan teman atau rekan kerja lebih banyak sering dianggap sebagai jenis pertukaran karena adanya timbal balik.

Kurangnya dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang menyebabkan masalah dalam psikologis. Dukungan sosial mengacu pada pengalaman dihargai, dihormati, diperhatikan dan dicintai oleh orang-orang yang hadir dalam kehidupan individu. Dukungan sosial dapat membantu individu mengatasi lebih baik dalam menghadapi situasi yang menekan (Yasin & Dzulkifli, 2010). Dukungan sosial bertindak untuk melindungi individu dari efek yang berpotensi terjadinya stres atau tekanan (Ahmad, 2016).

Kemampuan mengatasi krisis harus dilakukan untuk mengatur diri dan mengembalikan keseimbangan untuk bertahan dalam situasi krisis. Meskipun tidak semua individu dapat mengatasi dengan mudah dan membutuhkan waktu, namun upaya ini tetap harus dilakukan untuk perkembangan masa yang akan datang. Adanya dukungan sosial baik dari anggota keluarga, teman, relasi ataupun kerabat sangat membantu individu untuk menghadapi krisis. Kemampuan mengatasi krisis dapat menentukan apakah perkembangan masa depannya secara psikologis maupun fisik akan positif atau negatif (Khosla, 2008). Dukungan sosial yang diterima akan menjadi suatu kekuatan bagi individu yang menerima untuk mengatasi krisis paruh baya yang dihadapi, sehingga individu yang mampu melewati krisis dengan baik akan memiliki kebermaknaan dalam hidupnya.

Simpulan dan Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan antara variabel penelitian. Dari hasil uji korelasi menyatakan adanya hubungan secara signifikan antara kemampuan mengatasi krisis paruh baya dengan kebermaknaan hidup karena koefisien korelasi nilainya positif dan signifikan terhadap kebermaknaan hidup. Selain itu, uji korelasi juga menunjukkan adanya hubungan

secara signifikan antara dukungan sosial dengan kebermaknaan hidup, karena koefisien korelasi nilainya positif dan signifikan terhadap kebermaknaan hidup.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diharapkan dapat memberikan manfaat dan pemahaman bagi dewasa madya tentang bagaimana pentingnya kemampuan mengatasi krisis yang terjadi pada paruh baya. Selain itu, diharapkan bagi dewasa madya untuk dapat lebih memahami dan saling memberikan dukungan sosial sebagai kekuatan untuk dapat melewati krisis dengan baik. Dengan demikian, dewasa madya akan mendapatkan perspektif yang sehat dalam kebermaknaan hidup.

Penelitian yang telah dilakukan ini tentunya tidak terlepas dari kekurangan dan keterbatasan yang dimiliki oleh peneliti, oleh sebab itu rekomendasi untuk peneliti selanjutnya yang tertarik untuk mengambil tema yang sama diharapkan untuk mampu mengembangkan penelitian dengan mengaitkan dengan faktor-faktor lain yang berhubungan dengan kebermaknaan hidup. Misalnya faktor eksternal dan internal, seperti pemahaman pribadi dengan mengetahui kelebihan-kelebihan dan kelemahan-kelemahan diri secara objektif, bertindak positif, membina hubungan yang akrab dengan orang lain, pendalaman nilai baik itu nilai kreatif, prenghayatan bersikap, dan lain sebagainya.

Daftar Pustaka

- Ahmad, A. (2016). Life satisfaction versus social support among aged: an overview. *Psychology and Behavioral Science International Journal*, 1(4), 1–5. <https://doi.org/10.19080/PBSIJ.2016.01.555569>
- Alexandrino-Silva, C., Alves, T. F., Tófoli, L. F., Wang, Y.-P., & Andrade, L. H. (2011). Psychiatry: life events and social support in late life depression. *Clinical Science Journal*, 66(2), 233–238. <https://doi.org/10.1590/S1807-59322011000200009>
- Alwisol. (2007). *Psikologi kepribadian*, Edisi Revisi. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang Press.
- A.M.P, F.J. Monk., & Haditono, S.R. (2006). *Psikologi perkembangan: pengantar dalam berbagai bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University
- Anoop, A. (2016). The psychic alternation theory (PAT) – Model of life stage crises in general and mid-life crisis in particular. *The International Journal of Indian Psychology*, 4(1), 168–182.
- Asyafah, Abas. (2009). *Proses kehidupan manusia dan eksistensialnya*. Bandung: Alfabeta.
- Awasthi, P., Chauhan, R., & Verma, S. (2014). Meaningfulness in life span perspectives: An overview. *Purushartha: A Journal of Management Ethics and Spirituality*, 7(2), 98–113.
- Bastaman, H.D. (2007). *Logoterapi: Psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Borgmann, L., Rattay, P., & Lampert, T. (2017). Social support as a health resource in Germany. *Journal of Health Monitoring*, 2(4), 110–115. <https://doi.org/10.17886/RKI-GBE-2017-131>
- Bronk, K. C., Hill, P. L., Lapsley, D. K., Talib, T. L., & Finch, H. (2009). Purpose, hope, and life satisfaction in three age groups. *Journal of Positive Psychology*, 4(6), 500–510. <https://doi.org/10.1080/17439760903271439>
- Cowles, M. (2001). *Statistik in psychology*. An Historical Perspective. Second Edition. Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates (LEA).
- Cutrona, C. E., Cole, V., Colangelo, N., Assouline, S. G., & Russell, D. W. (1994). Perceived parental social support and academic achievement: An attachment theory perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(2), 369–378.

- Fernandes, T., Sanyal, N., & Dhupar, S. (2016). Perceived social support , affect and psychological well-being in married and widowed older adults. *The International Journal of Indian Psychology*, 3(4), 47–60.
- Fiori, K. L., & Denckla, C. A. (2012). Social support and mental health in middle-aged men and women: A multidimensional approach. *Journal of Aging and Health*, 24(3), 407–438. <https://doi.org/10.1177/0898264311425087>
- Fischer, J., & Corcoran, K. (2007). *Measures for clinical practice and research*. A Sourcebook. Fourth Edition. Volume 1. Couples, Families, and Children. New York: Oxford University Press.
- Garcia, D., Al Nima, A., & Kjell, O. N. E. (2014). The affective profiles, psychological well-being, and harmony: environmental mastery and self-acceptance predict the sense of a harmonious life. *PeerJ*, 2, 259. <https://doi.org/10.7717/peerj.259>
- Herman, H.J.M., Oles, P. . (1999). Midlife crisis in men : Affective organization of personal meaning. *SAGE Social Science*, 52(11), 1403–1426.
- Ho-tang, W., Mei-ju, C., Meng-shan, L., Jing-fang, H., & Ming-hsyang, W. (2015). Development of Taiwan college students ' sense of life meaning scale. *Universal Journal of Educational Research*, 3(8), 536–545. <https://doi.org/10.13189/ujer.2015.030809>
- Hou, F., Cerulli, C., Wittink, M. N., Caine, E. D., & Qiu, P. (2015). Depression, social support and associated factors among women living in rural China: A cross-sectional study. *BMC Women's Health*, 15(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12905-015-0180-7>
- Kerlinger, F.N. (2006) *Asas-asas penelitian behavioral*. Yogyakarta: Gajah Mada Press.
- Khosla, M. (2008). Need for coping with life crises: Implications for the quality of life. *Journal of Indian Academy of Applied Psychology*, 34(3), 15746–15752. Retrieved from <http://ci.nii.ac.jp/naid/110003493541/>
- Kieran, S. (2014). The mid-life crisis. *Acta Psiquiatrica Y Psicologica de America Latina*, 14(3), 203–206. Retrieved from http://www.openpsychodynamic.com/?page_id=32
- Kim, Y., Kim, Y. J., & Kim, S. Y. (2015). Exploration of middle-aged women 's crisis management types using the Q-methodology. *International Journal of U- and E- Service, Science and Technology*, 8(11), 403–414. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.14257/ijunesst.2015.8.11.38>
- Kleftaras, G., & Psarra, E. (2012). Meaning in life, psychological well-being and depressive symptomatology: a comparative study. *Psychology Scientific Research*, 3(4), 337–345. <https://doi.org/10.4236/psych.2012.34048>

- Lachman, M. E., Teshale, S., & Agrigoroaei, S. (2015). Midlife as a pivotal period in the life course: Balancing growth and decline at the crossroads of youth and old age. *International Journal of Behavioral Development*, 39(1), 20–31. <https://doi.org/10.1177/0165025414533223>
- Lu, L. (1997). Social support, reciprocity, and well-being. *Journal of Social Psychology*, 137(5), 618–628. <https://doi.org/10.1080/00224549709595483>
- Lu, L. (2011). Leisure and depression in midlife: A Taiwanese national survey of middle-aged adults. *Journal of Health Psychology*, 16(1), 137–147. <https://doi.org/10.1177/1359105310370501>
- Nazir, Moh. Ph. D. (2002). *Metode penelitian*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Nema, S. (2013). Effect of marital adjustment in middle - aged adults. *International Journal of Scientific and Research Publications*, 3(9), 1–6.
- Reamen, J. I. (2012). Midlife crisis in the Nigerian family: Counseling implication. *Journal of Teacher Perspective*, 6(3), 429–436.
- Robinson, O. C., Demetre, J. D., & Litman, J. A. (2017). Adult life stage and crisis as predictors of curiosity and authenticity: Testing inferences from Erikson's lifespan theory. *International Journal of Behavioral Development*, 41(3), 426–431. <https://doi.org/10.1177/0165025416645201>
- Robinson, O. C., & Wright, G. R. T. (2013). The prevalence, types and perceived outcomes of crisis episodes in early adulthood and midlife: A structured retrospective-autobiographical study. *International Journal of Behavioral Development*, 37(5), 407–416. <https://doi.org/10.1177/0165025413492464>
- Santrock, J.W. (2002). *Life-span development: Perkembangan masa hidup*, Edisi kelima, Jilid 2. Jakarta: Erlangga.
- Sarafino, E.P. (1997). *Health psychology: biopsychological interactions (4rd ed)*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Shek, D. T. L. (1996). Midlife crisis in chinese men and women. *Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, 130(1), 109–119. <https://doi.org/10.1080/00223980.1996.9914993>
- Siedlecki, K. L., Salthouse, T. A., Oishi, S., & Jeswani, S. (2014). The relationship between social support and subjective well-being across age. *Social Indicators Research*, 117(2), 561–576. <https://doi.org/10.1007/s11205-013-0361-4>.
- Sokol, J. (2009). Identity development throughout the lifetime: An Examination of Eriksonian Theory. *Graduate Journal of Counseling Psychology*, 1(2), 139–148. Retrieved from <http://epublications.marquette.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1030&context=gjcp>

- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53, 80–93. Retrieved from http://fetzer.org/sites/default/files/images/stories/pdf/selfmeasures/PURPOSE_MEANING-MeaninginLife.pdf
- Streger, M.F., Oishi, S., Kesebir, S. (2011). Is a life without meaning satisfying? The moderating role of the search for meaning in satisfaction with life judgments. *The Journal of Positive Psychology*, 6(3), 173–180. <https://doi.org/10.1080/17439760.2011.569171>
- Sumanto. (2006). Kajian psikologis kebermaknaan hidup. *Buletin Psikologi*, 14(2), 115–135. <https://doi.org/ISSN: 0854-7108>
- Ubaidi, B. A. Al. (2017). Empty-nest syndrome: pathway to construction or destruction. *Journal of Family Medicine and Disease Prevention*, 3(3), 1–4. <https://doi.org/10.23937/2469-5793/1510064>
- Wang, D., & Gruenewald, T. (2017). The psychological costs of social support imbalance: Variation across relationship context and age. *Journal of Health Psychology*, 1(11). <https://doi.org/10.1177/1359105317692854>
- Wethington, E. (2000). Expecting stress: Americans and the midlife crisis. *Motivation and Emotion*, 24(2), 85–103. <https://doi.org/10.1023/A:1005611230993>
- Yasin, M. A. S. M., & Dzulkifli, M. A. (2010). The relationship between social support and psychological problems among students. *International Journal and Business and Social Science*, 1(3), 110–116. Retrieved from www.ijbssnet.com
- Yukay, Y, M., Güneş, F., & Akdağ, C. (2017). Investigation of the death anxiety and meaning in life levels among middle-aged adults. *Spiritual Psychology and Counseling*, 2(2), 165–181. <https://doi.org/10.12738/spc.2017.2.0024>

L A M P I R A





BLUE PRINT SEBARAN ITEM

BLUE PRINT SEBARAN ITEM THE MEANING IN LIFE QUESTIONNAIRE

Meaning in Life Questionnaire (MLQ)

Indikator	Nomor Item	Jumlah Item
Favorable Presense	1, 4, 5, 6, 9	5
Unfavorable Search	2, 3, 7, 8, 10	5
Jumlah Item		10

Skoring Item	Favorable	Unfavorable
	Sama Sekali Tidak Benar (1) = 1	Sama Sekali Tidak Benar (1) = 7
	Kebanyakan Tidak Benar (2) = 2	Kebanyakan Tidak Benar (2) = 6
	Agak Tidak Benar (3) = 3	Agak Tidak Benar (3) = 5
	Ragu-Ragu (4) = 4	Ragu-Ragu (4) = 4
	Agak Benar (5) = 5	Agak Benar (5) = 3
	Kebanyakan Benar (6) = 6	Kebanyakan Benar (6) = 2
	Sangat Benar (7) = 7	Sangat Benar (7) = 1

BLUE PRINT SEBARAN ITEM

BLUE PRINT SEBARAN ITEM MIDLIFE CRISIS SCALE

Midlife Crisis Scale (MCS)

Indikator	Nomor Item	Jumlah Item
Favorable	1, 4, 6, 7, 8, 11, 14	7
Unfavorable	2, 3, 5, , 9, 10, 12, 13, 15	8
Jumlah Item		15

Skoring Item	Favorable	Unfavorable
	Sangat Tidak Benar (1) = 1	Sangat Tidak Benar (1) = 5
	Tidak Benar (2) = 2	Tidak Benar (2) = 4
	Ragu-Ragu (3) = 3	Ragu-Ragu (3) = 3
	Benar (4) = 4	Benar (4) = 2
	Sangat Benar (5) = 5	Sangat Benar (5) = 1

Keterangan: - Favorable menunjukkan tidak mengalami krisis paruh baya, hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi favorable, maka individu tidak mengalami krisis paruh baya / dapat mengatasi krisis paruh baya.

- Unfavorable menunjukkan krisis paruh baya, hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi unfavorable, maka individu mengalami krisis paruh baya / tidak dapat mengatasi krisis paruh baya.

BLUE PRINT SEBARAN ITEM

BLUE PRINT SEBARAN ITEM SOCIAL SUPPORT INDEX

Social Support Index (SSI)

Indikator	Nomor Item	Jumlah Item
Favorable	1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 11, 12, 15, 16	11
Unfavorable	7, 9, 10, 13, 14, 17	6
Jumlah Item		17

Skoring Item	Favorable	Unfavorable
	Sangat Tidak Setuju (1) = 1	Sangat Tidak Setuju (1) = 5
	Tidak Setuju (2) = 2	Tidak Setuju (2) = 4
	Netral (3) = 3	Netral (3) = 3
	Setuju (4) = 4	Setuju (4) = 2
	Sangat Setuju = 5	Sangat Setuju = 1

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin :

Assalamu'alaikum Wr, Wb.

Dalam rangka penyusunan Thesis Pasca Sarjana, Strata (S2), maka dengan ini saya berharap kesediaan Anda untuk membantu dalam penelitian yang saya lakukan. Adapun yang saya harapkan adalah kesediaan untuk meluangkan waktu untuk mengisi instrument guna penggalan data.

Perlu Anda ketahui bahwa daftar pertanyaan dalam instrument berikut ini semata-mata adalah untuk keperluan ilmiah, yaitu sebagai pengumpulan data untuk penyusunan thesis dan tidak terpengaruh pada pekerjaan atau apapun yang terkait pada instansi tempat Anda menempuh pendidikan. Dengan ini maka saya mengharapkan Anda mengisi instrument ini sesuai dengan keadaan Anda yang sebenarnya, karena tidak ada penilaian benar atau salah dari jawaban Anda. Jawaban yang Anda berikan kami jamin kerahasiaannya.

Atas bantuan dan partisipasi Anda saya ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr, Wb.

Hormat Saya,

(Indah Purnamasari, S.Psi)

Lampiran 1. Instrumen

Meaning in Life Questionnaire (MLQ)

Harap luangkan waktu sejenak untuk memikirkan apa yang membuat hidup dan keberadaan Anda terasa penting dan berarti bagi Anda. Harap tanggapi pernyataan berikut sejujur dan seakurat mungkin dan harap ingat bahwa ini adalah pernyataan yang sangat subjektif dan tidak ada jawaban yang benar atau salah.

Petunjuk Pengisian:

1. Baca setiap pernyataan yang disediakan dengan cermat.
2. Pilih salah satu jawaban sesuai dengan kenyataan yang sering terjadi, dengan memberikan tanda checklist (✓) pada pilihan jawaban pada kotak yang tersedia.

Harap jawab sesuai dengan skala di bawah ini:

Sama sekali tidak benar	Kebanyakan tidak benar	Agak tidak benar	Ragu- ragu	Agak benar	Kebanyakan benar	Sangat benar
1	2	3	4	5	6	7

3. Isi semua jawaban dengan cermat, jangan sampai ada yang tidak terjawab.
4. Kami sangat menghargai kejujuran Anda. Jawaban disini tidak mempunyai nilai benar salah yang penting sesuai dengan diri Anda.
5. Kerahasiaan atas jawaban Anda kami jamin.
6. Terimakasih atas partisipasi dan kerjasama Anda dalam mengisi kuesioner ini.

1.	Saya mengerti makna hidup saya.	1	2	3	4	5	6	7
2.	Saya mencari sesuatu yang membuat hidup saya terasa bermakna.	1	2	3	4	5	6	7
3.	Saya selalu mencari untuk menemukan tujuan hidup saya.	1	2	3	4	5	6	7
4.	Hidupku memiliki tujuan yang jelas.	1	2	3	4	5	6	7
5.	Saya memiliki pemahaman yang baik tentang apa yang membuat hidup saya bermakna.	1	2	3	4	5	6	7
6.	Saya telah menemukan tujuan hidup yang memuaskan.	1	2	3	4	5	6	7
7.	Saya selalu mencari sesuatu yang membuat hidup saya terasa berarti.	1	2	3	4	5	6	7
8.	Saya mencari tujuan atau misi untuk hidup saya.	1	2	3	4	5	6	7
9.	Hidup saya tidak memiliki tujuan yang jelas.	1	2	3	4	5	6	7
10.	Saya mencari makna dalam hidup saya.	1	2	3	4	5	6	7

Midlife Crisis Scale

Harap tanggapilah pernyataan berikut sejujur dan seakurat mungkin dan harap ingat bahwa ini adalah pernyataan yang sangat subjektif dan tidak ada jawaban yang benar atau salah.

Petunjuk Pengisian:

1. Baca setiap pernyataan yang disediakan dengan cermat.
2. Pilih salah satu jawaban sesuai dengan kenyataan yang sering terjadi, dengan memberikan tanda checklist (✓) pada pilihan jawaban pada kotak yang tersedia.

Keterangan Pilihan Jawaban:

Harap jawab sesuai dengan skala di bawah ini:

Sangat tidak benar	Tidak benar	Ragu-ragu	Benar	Sangat benar
1	2	3	4	5

3. Isi semua jawaban dengan cermat, jangan sampai ada yang tidak terjawab.
4. Kami sangat menghargai kejujuran Anda. Jawaban disini tidak mempunyai nilai benar salah yang penting sesuai dengan diri Anda.
5. Kerahasiaan atas jawaban Anda kami jamin.
6. Terimakasih atas partisipasi dan kerjasama Anda dalam mengisi kuesioner ini.

1.	Saya tahu bagaimana menggunakan waktu luang.	1	2	3	4	5
2.	Saya semakin sadar bahwa sulit bagi saya untuk berinteraksi dengan anak-anak saya.	1	2	3	4	5
3.	Saya menghadapi stress yang luar biasa menjaga orang tua saya yang sudah lanjut usia.	1	2	3	4	5
4.	Saya tidak khawatir akan mengalami kesulitan keuangan ketika saya menjadi tua.	1	2	3	4	5
5.	Saya kecewa karena mengingat usia saya, saya masih belum memiliki banyak pencapaian.	1	2	3	4	5
6.	Saya puas dengan pencapaian anak-anak saya.	1	2	3	4	5
7.	Saya puas dengan hasil saya sekarang.	1	2	3	4	5
8.	Saya tidak khawatir tentang hidup saya di usia tua.	1	2	3	4	5
9.	Saya semakin sadar bahwa pekerjaan saya membosankan dan monoton.	1	2	3	4	5
10.	Saya merasa bahwa saya tidak memiliki cukup waktu untuk menyelesaikan hal-hal yang ingin saya selesaikan.	1	2	3	4	5
11.	Jika saya hidup kembali, saya akan memilih pekerjaan saya sekarang.	1	2	3	4	5
12.	Saya semakin tidak yakin mengapa saya ada.	1	2	3	4	5
13.	Jika saya hidup kembali, saya akan memilih menjadi seorang lajang.	1	2	3	4	5
14.	Jika saya hidup kembali, saya akan tetap memilih untuk memiliki anak.	1	2	3	4	5
15.	Kesehatan saya berangsur-angsur memburuk.	1	2	3	4	5

Social Support Index (SSI)

Seberapa banyak Anda setuju atau tidak setuju dengan masing-masing pernyataan berikut tentang komunitas dan keluarga Anda.

Petunjuk Pengisian:

1. Baca setiap pernyataan yang disediakan dengan cermat.
2. Pilih salah satu jawaban sesuai dengan kenyataan yang sering terjadi, dengan memberikan tanda checklist (✓) pada pilihan jawaban pada kotak yang tersedia.

Keterangan Pilihan Jawaban:

Sangat tidak setuju	Tidak setuju	Netral	Setuju	Sangat Setuju
1	2	3	4	5

3. Isi semua jawaban dengan cermat, jangan sampai ada yang tidak terjawab.
4. Kami sangat menghargai kejujuran Anda. Jawaban disini tidak mempunyai nilai benar salah yang penting sesuai dengan diri Anda.
5. Kerahasiaan atas jawaban Anda kami jamin.
6. Terimakasih atas partisipasi dan kerjasama Anda dalam mengisi kuesioner ini.

1.	Jika saya berada dalam keadaan darurat, bahkan orang yang tidak saya kenal didalam komunitas akan bersedia membantu.	1	2	3	4	5
2.	Saya merasa nyaman dengan diri sendiri ketika saya berkorban dan memberi waktu dan tenaga kepada anggota keluarga saya.	1	2	3	4	5
3.	Hal-hal yang saya lakukan untuk anggota keluarga saya dan mereka lakukan untuk saya membuat saya merasa menjadi bagian dari kelompok yang sangat penting.	1	2	3	4	5
4.	Orang-orang disini tahu mereka bisa mendapat bantuan dari masyarakat jika mereka dalam masalah.	1	2	3	4	5
5.	Saya memiliki teman yang memberi tahu saya bahwa mereka menghargai siapa saya dan apa yang dapat saya lakukan.	1	2	3	4	5
6.	Orang dapat bergantung satu sama lain di komunitas.	1	2	3	4	5
7.	Anggota keluarga saya jarang mendengarkan masalah atau kekhawatiran saya, saya biasanya merasa dikritik.	1	2	3	4	5
8.	Teman-teman saya di komunitas ini adalah bagian dari kegiatan sehari-hari saya.	1	2	3	4	5
9.	Ada kalanya anggota keluarga melakukan hal-hal yang membuat anggota lain tidak senang.	1	2	3	4	5

10.	Saya harus sangat berhati-hati dengan apa yang saya lakukan untuk teman-teman saya karena mereka memanfaatkan saya.	1	2	3	4	5
11.	Tinggal di komunitas ini memberi saya perasaan aman.	1	2	3	4	5
12.	Anggota keluarga saya berusaha menunjukkan cinta dan kasih sayang mereka kepada saya.	1	2	3	4	5
13.	Ada perasaan di komunitas ini bahwa orang tidak boleh terlalu akrab satu sama lain.	1	2	3	4	5
14.	Ini bukan komunitas yang sangat bagus untuk membawa anak-anak masuk.	1	2	3	4	5
15.	Saya merasa aman bahwa saya sama pentingnya bagi teman-teman saya sebagaimana mereka bagi saya.	1	2	3	4	5
16.	Saya memiliki beberapa teman dekat di luar keluarga yang saya tahu benar-benar peduli untuk saya dan mencintai saya.	1	2	3	4	5
17.	Anggota keluarga saya tampaknya tidak mengerti saya, saya merasa diterima begitu saja.	1	2	3	4	5



Lampiran 2. Tabulasi Instrumen

Tabulasi Data Instrumen The Meaning in Life Questionnaire										
Item1	Item2	Item3	Item4	Item5	Item6	Item7	Item8	Item9	Item10	
6	1	2	7	7	6	2	2	1	2	36
7	3	4	6	6	6	2	2	3	3	42
5	3	3	5	5	5	4	4	1	5	40
5	3	3	7	7	6	2	3	4	4	44
6	2	3	4	6	2	3	1	1	2	30
1	7	7	1	1	1	7	7	2	7	41
4	2	4	6	4	4	4	4	2	2	36
6	1	1	7	7	7	1	1	1	1	33
7	1	1	7	7	6	1	1	2	1	34
7	2	2	7	7	7	2	2	1	2	39
7	1	1	7	7	7	1	4	1	1	37
7	1	1	7	7	7	2	2	1	2	37
6	2	2	6	4	4	3	3	4	2	36
7	1	1	7	5	5	1	1	1	1	30
7	1	1	7	7	7	1	2	1	1	35
7	1	1	7	7	7	1	1	4	2	38
7	1	1	7	7	6	1	1	1	1	33
7	1	1	7	7	6	1	1	1	3	35
6	2	2	7	6	6	2	2	1	1	35
6	1	1	6	4	6	2	2	2	2	32
7	1	1	7	7	7	1	1	1	1	34
6	2	2	7	6	6	1	1	3	2	36
6	1	1	6	6	6	2	1	2	2	33
5	2	3	6	7	4	2	3	4	3	39
6	2	2	7	6	6	3	4	1	2	39
6	1	2	6	7	6	1	2	2	2	35
7	1	1	1	1	5	1	2	1	1	21
7	3	3	7	5	5	1	4	1	3	39
7	3	3	6	5	5	2	4	1	3	39
7	2	2	7	7	7	2	1	1	7	43
7	1	1	7	7	7	1	1	1	1	34
6	3	5	5	6	4	5	6	3	6	49
5	2	1	7	7	3	3	4	1	1	34
6	2	2	7	5	6	3	2	2	3	38
5	3	4	4	5	4	3	4	3	4	39

5	1	1	5	7	5	3	3	3	1	34
6	1	1	7	6	7	1	2	1	2	34
6	3	3	6	5	5	2	4	1	3	38
7	2	2	7	7	6	2	4	1	2	40
5	3	3	5	5	5	3	3	3	5	40
7	1	1	7	7	7	1	1	1	1	34
6	1	1	7	6	7	1	1	1	1	32
6	1	1	5	6	7	1	2	1	1	31
6	1	1	7	7	7	1	1	3	1	35
6	2	1	7	6	5	2	2	1	1	33
7	7	7	7	7	7	7	7	1	7	64
6	1	2	7	7	6	2	2	3	2	38
7	3	3	7	5	7	1	2	1	1	37
5	3	3	5	5	5	4	3	3	3	39
6	3	3	5	4	4	3	3	2	4	37
4	3	1	7	4	4	1	1	1	1	27
6	2	1	7	7	6	3	4	1	3	40
7	1	1	7	7	7	1	1	1	1	34
7	1	1	7	7	7	1	1	1	1	34
6	1	1	6	7	6	1	1	1	1	31
7	1	2	7	6	6	2	3	1	2	37
6	2	3	5	5	5	5	5	1	3	40
6	1	5	7	7	6	2	2	1	2	39
6	2	2	6	6	6	2	2	2	2	36
2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	14
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
1	1	1	2	2	2	1	1	3	1	15
2	3	2	2	3	1	1	4	1	4	23
3	3	3	4	3	2	2	1	6	2	29

Tabulasi Data Instrumen Midlife Crisis Schale															
Item1	Item2	Item3	Item4	Item5	Item6	Item7	Item8	Item9	Item10	Item11	Item12	Item13	Item14	Item15	Total
4	1	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	2	54
4	4	4	2	2	4	4	4	2	2	3	4	4	4	4	51
2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	58
4	5	5	4	2	4	4	4	1	2	1	2	5	1	2	46
4	4	5	2	4	4	4	3	4	4	4	5	4	5	5	61
1	4	4	1	4	1	1	1	4	4	2	4	4	1	4	40
5	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	5	5	5	3	52
5	5	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	5	4	58
4	4	5	5	4	2	2	4	2	4	4	3	5	4	4	56
5	5	5	4	3	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	66
4	5	5	5	5	4	4	4	4	2	4	4	4	5	5	64
5	2	5	3	3	3	3	4	3	4	3	5	5	4	5	57
5	1	2	4	3	4	3	4	2	4	3	5	5	2	5	52
4	4	5	5	4	3	2	4	4	4	4	1	4	4	4	56
5	4	4	5	4	5	5	5	2	4	4	1	4	4	4	60
5	2	5	5	3	1	3	5	3	3	3	5	5	5	4	57
4	4	5	5	4	2	2	4	2	4	4	3	5	4	4	56
4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	2	4	3	52
4	5	5	5	3	4	4	4	3	3	4	5	5	5	5	64
5	4	5	1	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	56
5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	66
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	60
4	4	5	2	3	4	4	4	2	2	4	3	5	5	3	54

4	4	5	2	2	5	2	4	3	3	3	4	3	5	3	52
5	4	5	5	4	5	5	5	5	2	2	2	5	5	4	63
5	2	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	53
4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	55
4	2	4	3	4	4	4	4	4	2	2	5	5	5	5	57
5	2	4	3	4	4	4	4	4	2	2	5	5	5	5	58
4	4	5	5	5	4	5	5	5	4	2	5	4	4	2	63
5	4	4	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	5	4	70
4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	5	4	59
2	4	4	2	4	2	2	2	3	4	3	4	4	4	3	47
4	3	4	3	2	3	4	3	4	4	4	5	5	4	3	55
4	5	4	4	2	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	54
4	3	4	3	2	3	4	3	4	2	4	5	5	4	3	53
4	4	5	2	4	3	4	3	4	2	3	4	4	4	4	54
4	2	4	3	4	4	4	4	4	3	1	3	3	3	3	49
4	2	4	2	5	5	5	5	4	4	2	5	4	4	4	59
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	2	55
5	5	5	3	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	71
4	3	4	4	2	4	4	4	2	2	2	4	4	4	2	49
4	4	4	3	2	4	4	2	4	4	2	5	4	2	4	52
4	5	4	3	1	4	4	3	4	2	1	4	5	2	4	50
4	5	5	2	4	4	3	4	4	4	4	5	5	5	3	61
5	4	3	5	4	4	4	4	4	2	5	5	5	5	5	64
4	4	4	4	2	4	1	5	4	2	4	5	4	5	4	56
4	4	5	1	4	4	4	2	2	4	4	4	5	1	5	53

4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	54
4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	58
5	3	3	4	2	4	4	4	3	1	4	4	5	5	2	53
4	4	5	4	2	3	4	4	4	2	4	5	4	4	2	55
4	5	5	4	4	5	5	5	3	4	1	5	5	1	5	61
5	5	5	4	4	4	4	4	5	2	4	5	5	5	4	65
4	4	5	4	4	4	4	4	2	2	2	4	4	4	5	56
4	4	5	2	4	4	2	2	4	2	3	4	4	5	4	53
4	4	4	2	2	2	4	2	4	4	1	5	4	4	4	50
4	5	5	4	4	5	4	4	5	4	2	5	5	4	4	64
4	3	3	4	2	4	4	4	3	4	3	5	4	5	4	56
1	3	5	3	2	5	1	2	3	4	1	1	1	2	1	35
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15
1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	2	1	1	3	1	20
2	1	2	4	2	4	1	4	3	5	3	1	5	5	1	43
3	1	2	2	2	4	2	3	2	2	4	2	4	4	2	39

Tabulasi Data Instrumen Social Support Indeks																	
Item1	Item2	Item3	Item4	Item5	Item6	Item7	Item8	Item9	Item10	Item11	Item12	Item13	Item14	Item15	Item16	Item17	Total
4	4	4	4	3	4	3	4	2	2	4	5	4	3	4	4	5	63
2	5	5	4	5	4	2	5	1	1	2	5	4	4	2	4	2	57
5	5	4	4	4	2	4	5	1	1	2	5	4	1	5	5	4	61
1	1	4	3	1	3	3	3	4	2	4	4	3	3	3	4	2	48
1	5	3	4	4	3	1	4	5	4	5	4	2	3	5	5	3	61
1	5	1	1	1	1	4	1	5	4	1	1	5	5	1	1	4	42
2	3	3	3	2	1	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	47
3	3	3	4	3	3	4	3	2	3	4	4	2	1	3	3	4	52
4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	2	3	3	4	4	61
4	4	4	3	3	3	4	3	3	2	3	4	2	3	4	4	4	57
5	5	5	5	4	5	5	5	2	1	5	5	5	5	5	4	5	76
4	4	4	4	3	3	3	2	5	1	3	5	1	3	3	4	4	56
3	3	3	3	2	1	3	3	2	2	3	4	3	3	3	4	1	46
4	4	4	4	3	4	4	2	3	2	4	4	2	2	3	4	3	56
5	5	5	5	3	3	3	4	3	4	5	4	4	4	4	4	3	68
5	5	3	5	3	4	3	3	2	2	3	5	3	2	4	2	5	59
4	4	4	4	4	4	2	4	3	3	4	4	2	3	3	4	2	58
4	4	4	4	3	2	4	3	3	3	3	1	5	5	3	4	5	60
5	5	5	5	4	4	3	2	4	2	4	5	1	5	4	4	4	66
3	5	3	3	3	3	2	3	2	1	3	3	1	3	3	3	3	47
4	4	4	4	4	4	2	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	63
4	4	4	3	3	3	2	4	3	4	4	4	3	3	2	3	3	56

2	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	5	3	3	1	5	58
4	4	4	2	3	4	3	3	2	3	4	4	3	3	4	3	1	54
4	4	4	3	4	2	4	4	4	2	3	4	3	2	4	4	4	59
4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	68
3	4	4	4	3	3	4	4	2	4	3	4	3	3	4	4	4	60
4	4	4	1	2	2	4	2	2	4	3	4	2	3	3	3	4	51
4	4	4	1	2	2	4	2	4	2	2	3	2	2	3	3	4	48
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	5	67
4	4	4	4	4	4	1	4	5	4	4	4	4	2	4	4	4	64
4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	64
3	4	4	3	3	3	2	3	2	2	4	4	4	3	4	4	3	55
4	4	4	3	4	4	4	3	3	2	3	4	4	4	3	3	5	61
4	4	4	3	4	4	5	4	4	4	2	4	5	5	3	2	4	65
4	4	4	3	3	4	3	4	2	2	4	4	3	5	3	3	3	58
3	4	3	2	2	3	5	1	3	4	2	4	3	4	3	3	5	54
4	4	3	4	4	3	4	3	2	5	3	3	4	4	3	4	4	61
4	4	2	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	5	58
4	4	4	4	4	4	3	4	2	2	4	4	2	2	4	4	3	58
4	4	4	4	4	4	5	4	5	2	4	4	5	5	4	4	5	71
2	4	4	4	4	2	2	4	2	4	2	4	2	3	3	3	3	52
4	4	3	2	3	3	5	4	5	5	4	4	4	4	4	3	4	65
4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	2	3	4	4	3	60
4	4	4	4	4	2	4	4	2	4	3	4	2	4	3	3	5	60
4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	5	5	4	4	5	69

4	5	5	4	3	3	4	3	4	3	3	5	3	3	3	3	2	60
4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	5	66
4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	62
4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	59
4	4	4	4	3	3	4	4	2	3	3	4	3	3	4	4	4	60
4	4	4	3	4	2	4	3	2	2	4	4	4	4	4	4	4	59
3	4	4	1	4	3	5	2	4	3	2	4	4	4	3	3	5	58
3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	2	5	56
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	69
4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	66
4	4	5	4	4	4	4	4	2	2	4	5	2	4	3	3	3	61
5	5	5	4	4	5	4	3	2	2	4	4	4	4	4	4	4	67
4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	66
2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	2	3	1	1	2	1	1	25
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	17
2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19
1	4	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	23
4	3	2	3	4	4	2	3	2	2	2	2	2	2	3	4	2	46

Lampiran 3. Skoring

Meaning in Life Questionnaire (MLQ)

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	6	9,4	9,4
	sedang	56	87,5	96,9
	tinggi	2	3,1	100,0
	Total	64	100,0	

Skoring Item	Favorable	Unfavorable
	Sama Sekali Tidak Benar (1) = 1	Sama Sekali Tidak Benar (1) = 7
	Kebanyakan Tidak Benar (2) = 2	Kebanyakan Tidak Benar (2) = 6
	Agak Tidak Benar (3) = 3	Agak Tidak Benar (3) = 5
	Ragu-Ragu (4) = 4	Ragu-Ragu (4) = 4
	Agak Benar (5) = 5	Agak Benar (5) = 3
	Kebanyakan Benar (6) = 6	Kebanyakan Benar (6) = 2
	Sangat Benar (7) = 7	Sangat Benar (7) = 1

Skoring Midlife Crisis Scale (MCS)

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Tinggi	2	3,1	3,1	3,1
sedang	10	15,6	15,6	18,8
rendah	52	81,3	81,3	100,0
Total	64	100,0	100,0	

Skoring Item	Favorable		Unfavorable	
	Sangat Tidak Benar (1)	= 1	Sangat Tidak Benar (1)	= 5
	Tidak Benar (2)	= 2	Tidak Benar (2)	= 4
	Ragu-Ragu (3)	= 3	Ragu-Ragu (3)	= 3
	Benar (4)	= 4	Benar (4)	= 2
	Sangat Benar (5)	= 5	Sangat Benar (5)	= 1

Keterangan: - favorable menunjukkan tidak krisis paruh baya, hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi favorable, maka individu tidak mengalami krisis paruh baya / dapat mengatasi krisis.

- Unfavorabel menunjukkan krisis paruh baya, hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi unfavorable, maka individu mengalami krisis paruh baya / tidak dapat mengatasi krisis.

Social Support Index (SSI)

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid rendah	4	6,3	6,3	6,3
sedang	13	20,3	20,3	26,6
tinggi	47	73,4	73,4	100,0
Total	64	100,0	100,0	

Skoring Item	Favorable	Unfavorable
	Sangat Tidak Setuju (1) = 1	Sangat Tidak Setuju (1) = 5
	Tidak Setuju (2) = 2	Tidak Setuju (2) = 4
	Netral (3) = 3	Netral (3) = 3
	Setuju (4) = 4	Setuju (4) = 2
	Sangat Setuju = 5	Sangat Setuju = 1

Lampiran 4. Uji Validitas

Uji Validitas The Meaning in Life Questionnaire												
		item1	item2	item3	item4	item5	item6	item7	item8	item9	item10	total
item1	Pearson Correlation	1	-,261*	-,175	,753**	,721**	,829**	-,195	-,135	-,306*	-,136	,510**
	Sig. (2-tailed)		,037	,167	,000	,000	,000	,122	,287	,014	,285	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item2	Pearson Correlation	-,261*	1	,827**	-,233	-,280*	-,336**	,739**	,722**	,145	,754**	,526**
	Sig. (2-tailed)	,037		,000	,063	,025	,007	,000	,000	,252	,000	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item3	Pearson Correlation	-,175	,827**	1	-,207	-,174	-,276*	,771**	,709**	,210	,744**	,602**
	Sig. (2-tailed)	,167	,000		,101	,169	,028	,000	,000	,096	,000	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item4	Pearson Correlation	,753**	-,233	-,207	1	,838**	,788**	-,205	-,175	-,191	-,190	,526**
	Sig. (2-tailed)	,000	,063	,101		,000	,000	,105	,167	,131	,133	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item5	Pearson Correlation	,721**	-,280*	-,174	,838**	1	,750**	-,146	-,133	-,152	-,110	,552**
	Sig. (2-tailed)	,000	,025	,169	,000		,000	,249	,295	,229	,389	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item6	Pearson Correlation	,829**	-,336**	-,276*	,788**	,750**	1	-,279*	-,246	-,273*	-,195	,452**
	Sig. (2-tailed)	,000	,007	,028	,000	,000		,026	,050	,029	,122	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item7	Pearson Correlation	-,195	,739**	,771**	-,205	-,146	-,279*	1	,795**	,138	,710**	,588**
	Sig. (2-tailed)	,122	,000	,000	,105	,249	,026		,000	,278	,000	,000

	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item8	Pearson Correlation	-,135	,722**	,709**	-,175	-,133	-,246	,795**	1	-,010	,655**	,574**
	Sig. (2-tailed)	,287	,000	,000	,167	,295	,050	,000		,935	,000	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item9	Pearson Correlation	-,306*	,145	,210	-,191	-,152	-,273*	,138	-,010	1	,163	,064
	Sig. (2-tailed)	,014	,252	,096	,131	,229	,029	,278	,935		,197	,615
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item10	Pearson Correlation	-,136	,754**	,744**	-,190	-,110	-,195	,710**	,655**	,163	1	,611**
	Sig. (2-tailed)	,285	,000	,000	,133	,389	,122	,000	,000	,197		,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
total	Pearson Correlation	,510**	,526**	,602**	,526**	,552**	,452**	,588**	,574**	,064	,611**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,615	,000	
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Uji Validitas Midlife Crisis Schale

		item1	item2	item3	item4	item5	item6	item7	item8	item9	item10	item11	item12	item13	item14	item15	Total
item1	Pearson Correlation	1	,268*	,355**	,397**	,365**	,285*	,598**	,623**	,332**	,047	,354**	,487**	,566**	,430**	,544**	,758**
	Sig. (2-tailed)		,032	,004	,001	,003	,022	,000	,000	,007	,711	,004	,000	,000	,000	,000	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item2	Pearson Correlation	,268*	1	,712**	,228	,255*	,172	,310*	,133	,320*	,174	,177	,278*	,305*	,073	,387**	,556**
	Sig. (2-tailed)	,032		,000	,071	,042	,174	,013	,294	,010	,169	,163	,026	,014	,568	,002	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item3	Pearson Correlation	,355*	,712**	1	,225	,433**	,159	,293*	,299*	,327**	,212	,096	,291*	,324**	,137	,449**	,608**
	Sig. (2-tailed)	,004	,000		,074	,000	,208	,019	,016	,008	,093	,450	,020	,009	,282	,000	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item4	Pearson Correlation	,397*	,228	,225	1	,214	,186	,326**	,657**	,208	,104	,209	,068	,352**	,290*	,176	,532**
	Sig. (2-tailed)	,001	,071	,074		,090	,142	,009	,000	,100	,412	,098	,595	,004	,020	,164	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item5	Pearson Correlation	,365*	,255*	,433**	,214	1	,206	,357**	,366**	,440**	,357**	,220	,239	,305*	,244	,498**	,626**
	Sig. (2-tailed)	,003	,042	,000	,090		,103	,004	,003	,000	,004	,081	,057	,014	,052	,000	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item6	Pearson Correlation	,285*	,172	,159	,186	,206	1	,480**	,426**	,222	,066	,025	,063	,137	,156	,148	,411**
	Sig. (2-tailed)	,022	,174	,208	,142	,103		,000	,000	,077	,603	,842	,619	,280	,218	,242	,001
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64

item7	Pearson Correlation	,598*	,310*	,293*	,326**	,357**	,480**	1	,469**	,366**	,057	,052	,465**	,447**	,145	,387**	,655**
	Sig. (2-tailed)	,000	,013	,019	,009	,004	,000		,000	,003	,653	,684	,000	,000	,253	,002	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item8	Pearson Correlation	,623*	,133	,299*	,657**	,366**	,426**	,469**	1	,237	,141	,217	,231	,436**	,436**	,265*	,669**
	Sig. (2-tailed)	,000	,294	,016	,000	,003	,000	,000		,059	,267	,085	,067	,000	,000	,035	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item9	Pearson Correlation	,332*	,320*	,327**	,208	,440**	,222	,366**	,237	1	,278*	,171	,506**	,243	,384**	,296*	,612**
	Sig. (2-tailed)	,007	,010	,008	,100	,000	,077	,003	,059		,026	,177	,000	,053	,002	,018	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item10	Pearson Correlation	,047	,174	,212	,104	,357**	,066	,057	,141	,278*	1	,142	,155	,175	-,019	,200	,352**
	Sig. (2-tailed)	,711	,169	,093	,412	,004	,603	,653	,267	,026		,263	,222	,166	,883	,112	,004
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item11	Pearson Correlation	,354*	,177	,096	,209	,220	,025	,052	,217	,171	,142	1	,210	,365**	,525**	,261*	,465**
	Sig. (2-tailed)	,004	,163	,450	,098	,081	,842	,684	,085	,177	,263		,096	,003	,000	,037	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item12	Pearson Correlation	,487*	,278*	,291*	,068	,239	,063	,465**	,231	,506**	,155	,210	1	,490**	,280*	,542**	,618**
	Sig. (2-tailed)	,000	,026	,020	,595	,057	,619	,000	,067	,000	,222	,096		,000	,025	,000	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item13	Pearson Correlation	,566*	,305*	,324**	,352**	,305*	,137	,447**	,436**	,243	,175	,365**	,490**	1	,312*	,479**	,677**
	Sig. (2-tailed)	,000	,014	,009	,004	,014	,280	,000	,000	,053	,166	,003	,000		,012	,000	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64

item14	Pearson Correlation	,430*	,073	,137	,290*	,244	,156	,145	,436**	,384**	-,019	,525**	,280*	,312*	1	,173	,526**
	Sig. (2-tailed)	,000	,568	,282	,020	,052	,218	,253	,000	,002	,883	,000	,025	,012		,171	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item15	Pearson Correlation	,544*	,387**	,449**	,176	,498**	,148	,387**	,265*	,296*	,200	,261*	,542**	,479**	,173	1	,670**
	Sig. (2-tailed)	,000	,002	,000	,164	,000	,242	,002	,035	,018	,112	,037	,000	,000	,171		,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
Total	Pearson Correlation	,758*	,556**	,608**	,532**	,626**	,411**	,655**	,669**	,612**	,352**	,465**	,618**	,677**	,526**	,670**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,001	,000	,000	,000	,004	,000	,000	,000	,000	,000	
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Uji Validitas Social Support Index

		item1	item2	item3	item4	item5	item6	item7	item8	item9	item10	item11	item12	item13	item14	item15	item16	item17	Total
item1	Pearson Correlation	1	,477**	,604**	,534**	,544**	,548**	,454**	,439**	,086	,092	,483**	,496**	,249*	,298*	,600**	,504**	,411**	,696**
	Sig. (2-tailed)		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,498	,469	,000	,000	,047	,017	,000	,000	,001	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item2	Pearson Correlation	,477**	1	,503**	,429**	,494**	,408**	,302*	,415**	,215	,179	,299*	,453**	,331**	,420**	,455**	,383**	,417**	,639**
	Sig. (2-tailed)	,000		,000	,000	,000	,001	,015	,001	,089	,157	,016	,000	,007	,001	,000	,002	,001	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item3	Pearson Correlation	,604**	,503**	1	,620**	,550**	,570**	,369**	,624**	,186	,121	,614**	,729**	,332**	,456**	,610**	,619**	,291*	,779**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000		,000	,000	,000	,003	,000	,141	,342	,000	,000	,007	,000	,000	,000	,020	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item4	Pearson Correlation	,534**	,429**	,620**	1	,618**	,561**	,130	,663**	,084	,113	,629**	,571**	,223	,288*	,610**	,628**	,279*	,704**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000		,000	,000	,306	,000	,508	,373	,000	,000	,077	,021	,000	,000	,026	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item5	Pearson Correlation	,544**	,494**	,550**	,618**	1	,614**	,183	,705**	,097	,178	,421**	,492**	,302*	,357**	,550**	,554**	,339**	,706**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000		,000	,147	,000	,447	,160	,001	,000	,015	,004	,000	,000	,006	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item6	Pearson Correlation	,548**	,408**	,570**	,561**	,614**	1	,220	,532**	,189	,122	,613**	,579**	,355**	,397**	,492**	,410**	,371**	,713**
	Sig. (2-tailed)	,000	,001	,000	,000	,000		,081	,000	,136	,337	,000	,000	,004	,001	,000	,001	,003	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item7	Pearson Correlation	,454**	,302*	,369**	,130	,183	,220	1	,175	,281*	,343**	,157	,290*	,503**	,536**	,353**	,205	,615**	,571**
	Sig. (2-tailed)	,000	,015	,003	,306	,147	,081		,167	,024	,006	,215	,020	,000	,000	,004	,105	,000	,000

	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item8	Pearson Correlation	,439**	,415**	,624**	,663**	,705**	,532**	,175	1	,074	,249*	,564**	,553**	,442**	,307*	,630**	,574**	,257*	,727**
	Sig. (2-tailed)	,000	,001	,000	,000	,000	,000	,167		,559	,047	,000	,000	,000	,014	,000	,000	,040	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item9	Pearson Correlation	,086	,215	,186	,084	,097	,189	,281*	,074	1	,395**	,266*	,133	,282*	,387**	,225	,196	,391**	,423**
	Sig. (2-tailed)	,498	,089	,141	,508	,447	,136	,024	,559		,001	,033	,294	,024	,002	,074	,120	,001	,001
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item10	Pearson Correlation	,092	,179	,121	,113	,178	,122	,343**	,249*	,395**	1	,237	,040	,395**	,409**	,195	,086	,392**	,432**
	Sig. (2-tailed)	,469	,157	,342	,373	,160	,337	,006	,047	,001		,059	,751	,001	,001	,122	,499	,001	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item11	Pearson Correlation	,483**	,299*	,614**	,629**	,421**	,613**	,157	,564**	,266*	,237	1	,555**	,253*	,356**	,688**	,612**	,207	,704**
	Sig. (2-tailed)	,000	,016	,000	,000	,001	,000	,215	,000	,033	,059		,000	,044	,004	,000	,000	,101	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item12	Pearson Correlation	,496**	,453**	,729**	,571**	,492**	,579**	,290*	,553**	,133	,040	,555**	1	,158	,205	,607**	,475**	,286*	,668**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,020	,000	,294	,751	,000		,212	,105	,000	,000	,022	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item13	Pearson Correlation	,249*	,331**	,332**	,223	,302*	,355**	,503**	,442**	,282*	,395**	,253*	,158	1	,611**	,359**	,213	,486**	,607**
	Sig. (2-tailed)	,047	,007	,007	,077	,015	,004	,000	,000	,024	,001	,044	,212		,000	,004	,091	,000	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item14	Pearson Correlation	,298*	,420**	,456**	,288*	,357**	,397**	,536**	,307*	,387**	,409**	,356**	,205	,611**	1	,272*	,249*	,458**	,649**
	Sig. (2-tailed)	,017	,001	,000	,021	,004	,001	,000	,014	,002	,001	,004	,105	,000		,030	,048	,000	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item15	Pearson Correlation	,600**	,455**	,610**	,610**	,550**	,492**	,353**	,630**	,225	,195	,688**	,607**	,359**	,272*	1	,744**	,388**	,777**

	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,004	,000	,074	,122	,000	,000	,004	,030		,000	,002	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item16	Pearson Correlation	,504**	,383**	,619**	,628**	,554**	,410**	,205	,574**	,196	,086	,612**	,475**	,213	,249*	,744**	1	,182	,669**
	Sig. (2-tailed)	,000	,002	,000	,000	,000	,001	,105	,000	,120	,499	,000	,000	,091	,048	,000		,150	,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
item17	Pearson Correlation	,411**	,417**	,291*	,279*	,339**	,371**	,615**	,257*	,391**	,392**	,207	,286*	,486**	,458**	,388**	,182	1	,632**
	Sig. (2-tailed)	,001	,001	,020	,026	,006	,003	,000	,040	,001	,001	,101	,022	,000	,000	,002	,150		,000
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64
Total	Pearson Correlation	,696**	,639**	,779**	,704**	,706**	,713**	,571**	,727**	,423**	,432**	,704**	,668**	,607**	,649**	,777**	,669**	,632**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,001	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	
	N	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64	64

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).



Lampiran 5. Uji Reliabilitas

The Meaning In Life Questionnaire

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	64	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	64	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,712	9

Midlife Crisis Schale

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	64	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	64	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,859	15

Social Support Index

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	64	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	64	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,912	17

Lampiran 6. Analisis Data Deskriptif

Tabel. 3. Analisis Deskriptif

Descriptive Statistics									
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Skewness		Kurtosis	
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Std. Error	Statistic	Std. Error
Kemampuan mengatasi Krisis Paruh Baya	64	19	71	35,31	9,087	1,730	,299	5,107	,590
Dukungan Sosial	64	17	76	56,86	11,457	-1,896	,299	4,300	,590
Kebermaknaan hidup	64	10	64	35,16	7,570	-,379	,299	5,267	,590
Valid N (listwise)	64								

Lampiran 7. Hasil Analisis Data

Tabel 4. Hubungan Antar Variabel.

Tabel 4.1. Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Kebermaknaan hidup	35,16	7,570	64
Kemampuan Mengatasi Krisis	35,31	9,087	64
Dukungan Sosial	56,86	11,457	64

Tabel 4.2 Correlations

		Kemampuan Mengatasi Krisis Paruh Baya	Dukungan Sosial	Kebermaknaan hidup
Kemampuan Mengatasi Krisis Paruh Baya	Pearson Correlation	1	-,787**	-,555**
	Sig. (2-tailed)		,000	,000
	N	64	64	64
Dukungan Sosial	Pearson Correlation	-,787**	1	,607**
	Sig. (2-tailed)	,000		,000
	N	64	64	64
Kebermaknaan hidup	Pearson Correlation	-,555**	,607**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	
	N	64	64	64

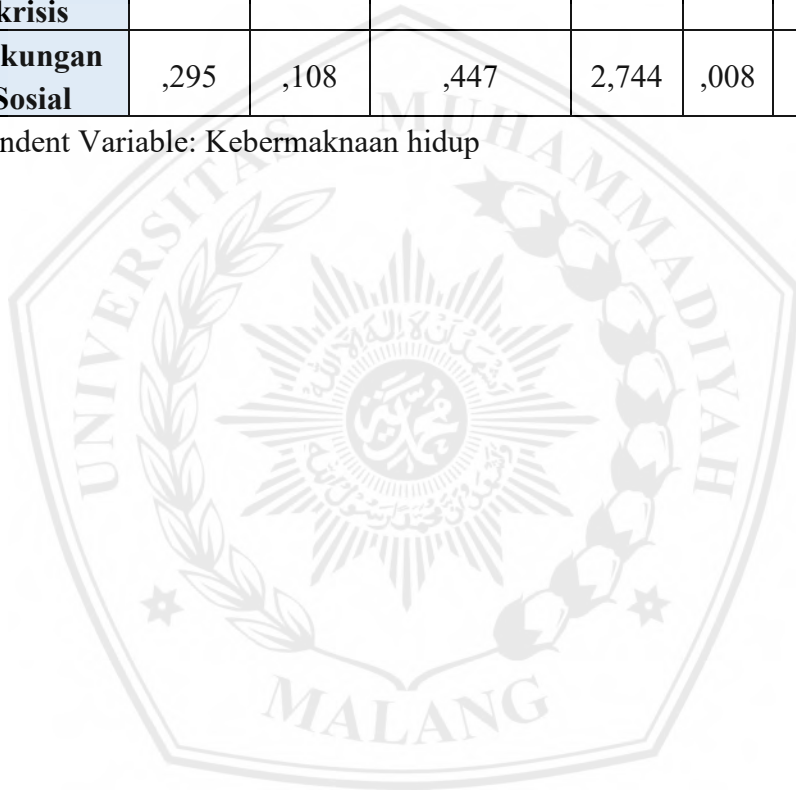
** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Tabel 5. Uji Parsial Hubungan kemampuan mengatasi krisis paruh baya dan dukungan sosial dengan kebermanaknaan hidup.

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	24,329	10,354		2,350	,022		
	Kemampuan mengatasi krisis	-,169	,136	-,203	-1,245	,218	,381	2,628
	Dukungan Sosial	,295	,108	,447	2,744	,008	,381	2,628

a. Dependent Variable: Kebermanaknaan hidup



Tabel 6. Uji Simultan hubungan kemampuan mengatasi krisis paruh baya dan dukungan sosial dengan kebermaknaan hidup.

Tabel 6.1. Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	,620 ^a	,384	,364	6,039	,384	18,998	2	61	,000

a. Predictors: (Constant), Social Support, Midlife Crisis

Tabel 6.2. ANOVA^a

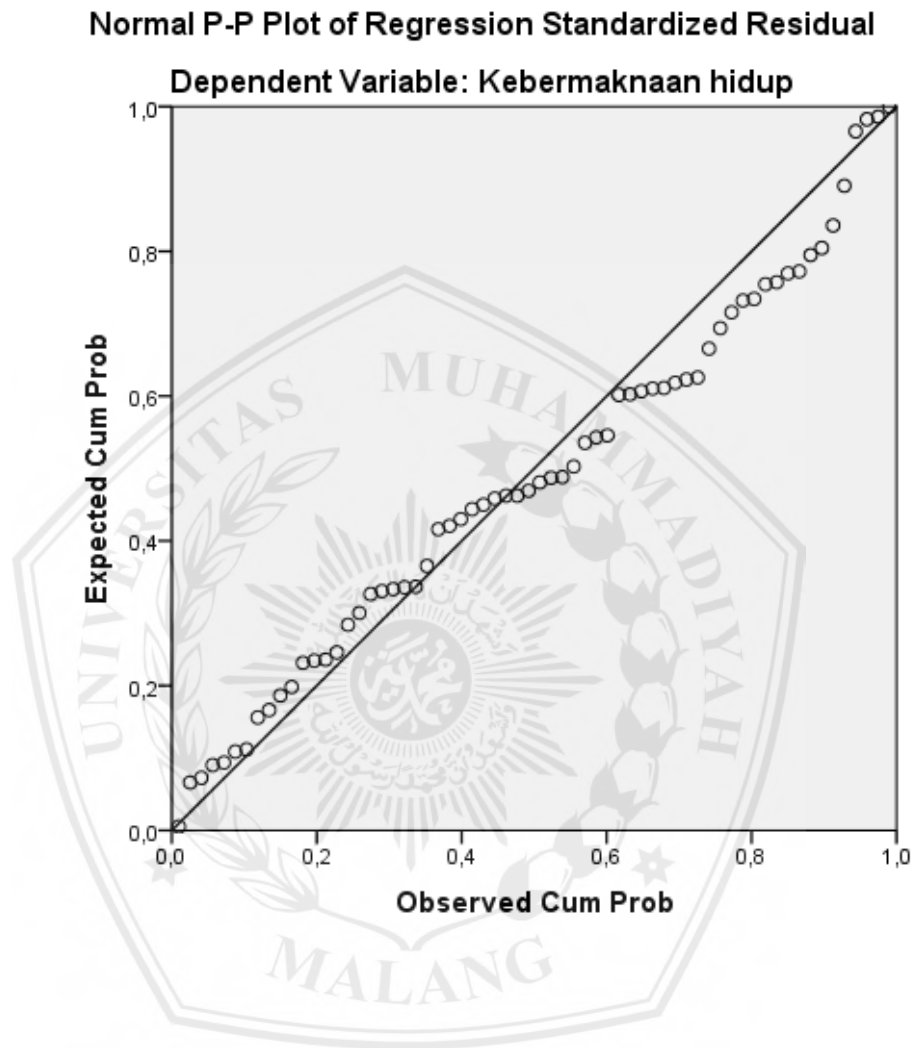
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1385,723	2	692,861	18,998	,000 ^b
	Residual	2224,715	61	36,471		
	Total	3610,438	63			

a. Dependent Variable: Kebermaknaan hidup

b. Predictors: (Constant), Social Support, Midlife Crisis

Lampiran 8. Uji Asumsi Klasik

Gambar 2. Uji Normalita



Tabel 7. Uji Linieritas

Tabel 7.1

Tabel 7.1. 1. ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kebermaknaan hidup * Kemampuan mengatasi krisis paruh baya	Between Groups	(Combined)	2468,173	26	94,930	3,075	,001
		Linearity	1111,129	1	1111,129	35,991	,000
		Deviation from Linearity	1357,044	25	54,282	1,758	,058
	Within Groups		1142,264	37	30,872		
	Total		3610,438	63			

Tabel 7.1.2. Measures of Association				
	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Kebermaknaan hidup * Kemampuan mengatasi krisis paruh baya	-,555	,308	,827	,684

Tabel 7.2

Tabel 7.2.1. ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kebermaknaan hidup * Dukungan sosial	Between Groups	(Combined)	2478,271	27	91,788	2,919	,001
		Linearity	1329,174	1	1329,174	42,264	,000
		Deviation from Linearity	1149,097	26	44,196	1,405	,170
	Within Groups		1132,167	36	31,449		
	Total		3610,438	63			

Tabel 7.2.2. Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Kebermaknaan hidup * Dukungan Sosial	,607	,368	,829	,686



Lampiran 9. Uji Heteroskedastisitas

Tabel 8.1. Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	3,954	7,299		,542	,590
	Kemampuan mengatasi krisis	,002	,096	,005	,023	,982
	Dukungan sosial	,003	,076	,007	,035	,972

a. Dependent Variable: ABS_RES

Tabel 8.2. Residuals Statistics^a

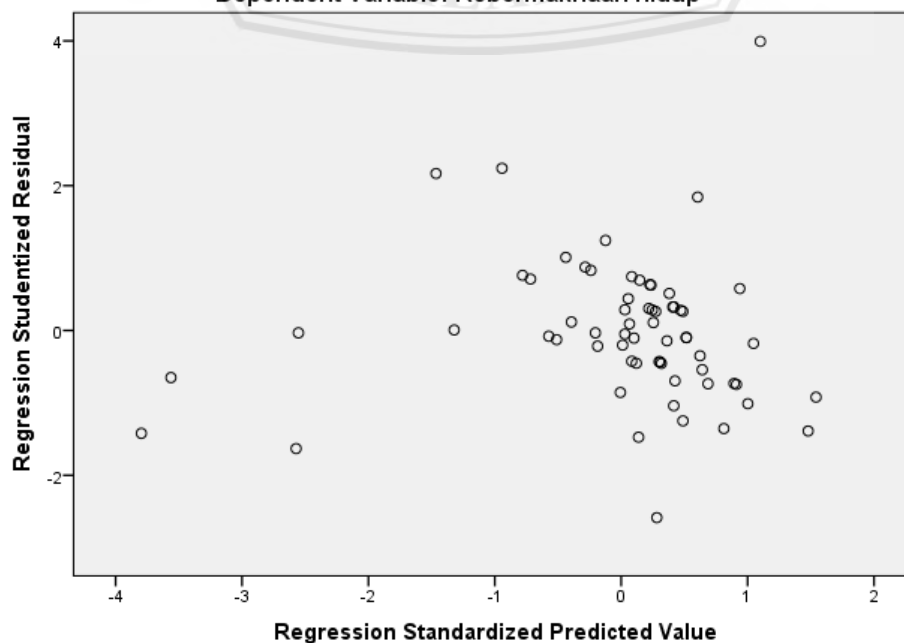
	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	4,1181	4,2148	4,1817	,01902	64
Residual	-4,15085	19,49019	,00000	4,18908	64
Std. Predicted Value	-3,342	1,741	,000	1,000	64
Std. Residual	-,975	4,578	,000	,984	64

a. Dependent Variable: ABS_RES

Gambar 3. Uji Heteroskedastisitas

Scatterplot

Dependent Variable: Kebermaknaan hidup



Lampiran 10. Uji Multikolineaitas

Tabel 9. Uji Multikolinearitas

Tabel 9.1. ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1385,723	2	692,861	18,998	,000 ^b
	Residual	2224,715	61	36,471		
	Total	3610,438	63			

a. Dependent Variable: Kebermaknaan hidup

b. Predictors: Dukungan Sosial, Kemampuan Mengatasi Krisis Paruh Baya

Tabel 9.2. Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	24,329	10,354		2,350	,022		
	Kemampuan Mengatasi Krisis Paruh Baua	-,169	,136	-,203	-1,245	,218	,381	2,628
	Dukungan Sosial	,295	,108	,447	2,744	,008	,381	2,628

a. Dependent Variable: Kebermaknaan hidup

Tabel 9.3. Collinearity Diagnostics^a

Model	Dimension	Eigenvalue	Condition Index	Variance Proportions		
				(Constant)	Kemampuan Mengatasi Krisis	Dukungan Sosial
1	1	2,908	1,000	,00	,00	,00
	2	,089	5,730	,00	,14	,07
	3	,003	28,930	1,00	,85	,92

a. Dependent Variable: Kebermaknaan hidup

